PHOTOS BY ANDREY AKA DONUT190

ДОСТУПНЫЕ **РЕЦЕПТЫ** ЖЕНСКИЕ **ХИТРОСТИ** ПОЛЕЗНЫЕ **СОВЕТЫ** ЦЕННЫЕ **ПРИЗЫ**

МАРТ 2001
№3 (63)

ЗВЕЗДЫ ИЗ МАЛИНЫ НА АПЕЛЬСИНОВОМ НЕБЕ — что это?

праздничный сюрприз от Татьяны Светловой с 3

РУССКИЙ СМАК

ДОМАШНЯЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ «РУССКОГО СМАКА»

РЕЦЕПТЫ

ДОМАШНЯЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ «РУССКОГО СМАКА»

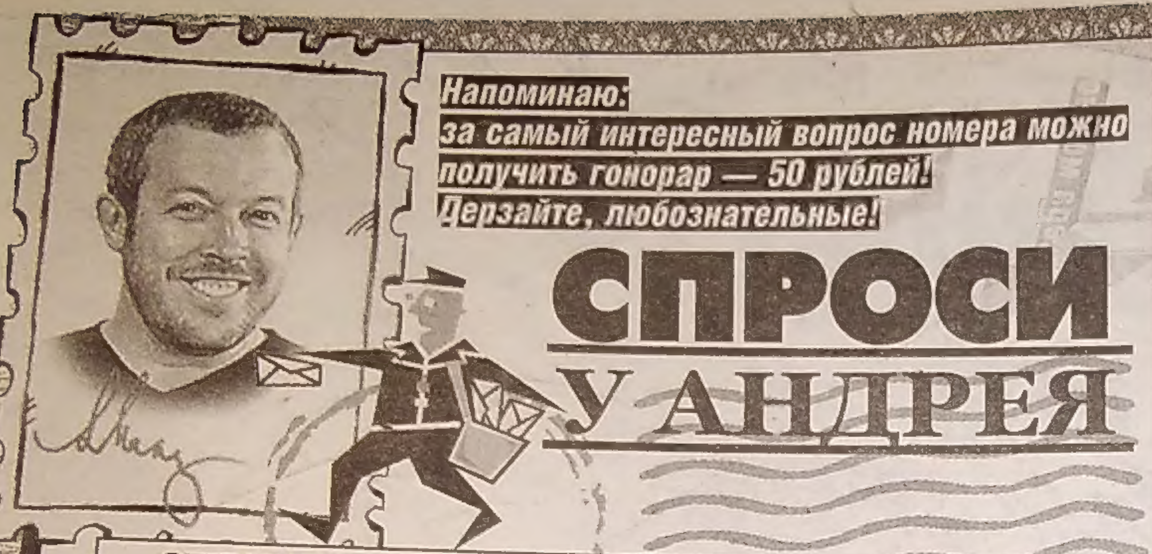
РЕЦЕПТЫ ОТ РЫБ

2001

ЧИТАТЕЛЯМ – АВТОРАМ БЛЮД ГОНОРАРЫ: КАЖДОМУ 50 РУБ

4 602607 000047

В НОМЕРЕ:



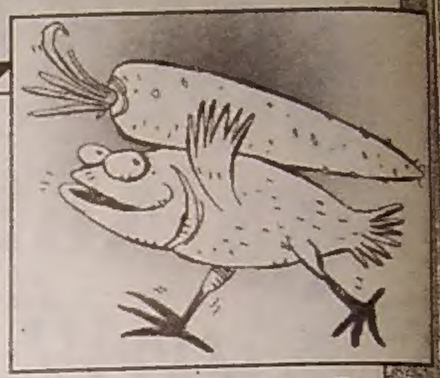
Напоминаю:
за самый интересный вопрос номера можно получить гонорар — 50 рублей!
Дерзайте, любознательные!

СПРОСИ У АНДРЕЯ

ВЕГЕТАРИАНСКИЙ — НЕ ЗНАЧИТ ПОСТНЫЙ

Моя соседка, поклонница вегетарианской еды, утверждает, что вегетарианский и постный стол — это одно и то же. Дескать, основой и того и другого является растительная пища. Так ли это?

Г.И. Поспелова, Красноярский край



Соседка не права — постная еда не всегда является вегетарианской и наоборот. Судите сами: в постный стол не входят масло, молоко, сметана, сыр и яйца, тогда как вегетарианцам есть их не возбраняется. В то же время в пост допустима не только рыба — отварная, копченая, соленая и сушеная (только не жареная — в ее приготовлении используется масло), но и раки, креветки, то есть бескровные живые существа. Вегетарианцы же рыбу не едят. Кроме того, в самом приготовлении постной пищи исключаются способы, обычные для вегетарианской кухни, например жарение и тушение. Так что если соседка-вегетарианка решит попоститься, кое от чего из привычной еды ей все же придется отказаться.

ОТКУДА ВЗЯЛСЯ ПРОТИВЕНЬ

Может, мой вопрос поставит вас в тупик, но меня интересует происхождение слова «противень». Чем же он противен, ведь штука эта в хозяйстве нужная...

Д. Л. Семеняка, Рязанская обл.

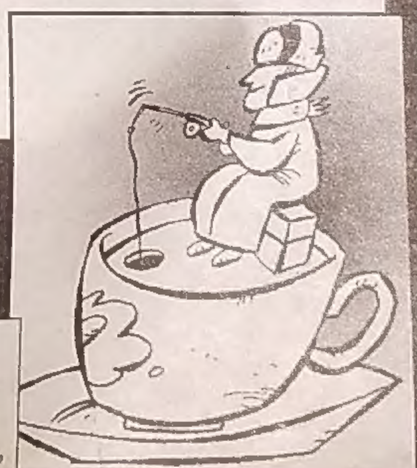
Да, вопросик заковыристый, но в тупик меня загнать не так-то просто! Хотя покопаться в книгах пришлось, и вот что я выяснил. Оказывается, противень пришел в нашу кухню лет эдак двести назад из Германии, а называлась эта прямоугольная сковорода по-немецки «браттпанне», то есть сковорода для жарения, запекания. Первоначально «браттпанне», как трудное для произношения слово, отечественные повара переименовали в «бротпань», а со временем это слово приобрело совсем русскую окраску, превратившись в «противень». Так что, как видите, со словом «противный» противень в родстве не состоит, хотя некое созвучие имеется.

«ПЕНКА» ЧАЙ НЕ ПОРТИТ

Андрей Вадимович! При заваривании чая на поверхности заварки появляются какие-то масляные разводы. Отчего это происходит? Может быть, все дело в плохой воде?

Л.Т. Ращупкина, Самарская обл.

Нет, вода здесь ни при чем. «Виноваты» в этом летучие эфирные масла, которые содержатся в чае. В холодной воде они не растворяются и при охлаждении заварки образуют на ее поверхности масляные пятна («пенку»). Ничего опасного в них нет — ведь именно эти масла придают чаю чудесный аромат. Кстати говоря, эфирные масла в чае легко испаряются, если заварку кипятить или долго нагревать. Поэтому делать этого не стоит, иначе вместо ароматного бодрящего напитка получится безвкусная бурда.



ПРОВАНСКОЕ МАСЛО ДОМАШНЕГО РОЗЛИВА

50 руб

Андрей Вадимович! В старых рецептах упоминается прованское масло, а что это такое, я не знаю. Можно ли его где-то купить или сделать самой?

К.М. Хамроева, Владикавказ

Родина этого масла — область Прованс во Франции, отсюда и его название. Это оливковое масло с добавлением различных специй — семян и травок, придающих ему особый, неповторимый аромат. Купить его можно только в дорогих супермаркетах, но стоит ли это делать? Ведь нечто подобное можно сотворить и самим. Согласны?

Тогда приступаем. В сухую, предварительно уже нагретую кастрюлю наливаем обычное подсолнечное масло слоем примерно 1,5—2 см. Перекаливаем его на медленном огне, не доводя до кипения. Когда масло согреется, всыпаем в него 1 ч. ложку семян аниса и ждем. Как только масло побелеет, сливаем его и даем остыть. Теперь наше масло не будет иметь запаха подсолнечного и приобретет аромат настоящего прованского. Оно великолепно подходит для заправки самых разных салатов и приготовления соусов.

НАСТОЯЩИЙ ГУЛЯШ ЕДЯТ ЛОЖКОЙ

Андрей, помогите разобраться. Я всегда считал, что гуляш — это второе блюдо. А недавно был в турпоездке в Венгрии, так там гуляшом называют мясной суп. Мне он понравился. Как его правильно готовить?

Николай Вохминцев, Московская обл.

Настоящий гуляш (венгерское национальное блюдо), как вы убедились, это густой наваристый мясной суп. Слово «гуляш» как название блюда используется и в других странах, но почти везде неправильно — так называют кусочки мяса с соусом, подаваемые на второе.

Классический венгерский гуляш готовится из говядины (лучше брать грудинку с жирком). Кусочки мяса обжаривают вместе с луком 10—15 минут, причем лука должно быть одна треть от количества мяса (по весу). Затем все перекладывают в эмалированную кастрюлю, заливают кипятком (1л на 0,5 кг мяса) и примерно часок варят на сла-

Закуски

ДАРЯТ ВСЕМ УЛЫБКИ

НАСТОЯЩИЙ ГУЛЯШ ЕДЯТ ЛОЖКОЙ

Андрей, помогите разобраться. Я всегда считал, что гуляш — это второе блюдо. А недавно был в турпоездке в Венгрии, так там гуляшом называют мясной суп. Мне он понравился. Как его правильно готовить?

Николай Вохминцев, Московская обл.

Настоящий гуляш (венгерское национальное блюдо), как вы убедились, это густой наваристый мясной суп. Слово «гуляш» как название блюда используется и в других странах, но почти везде неправильно — так называют кусочки мяса с соусом, подаваемые на второе.

Классический венгерский гуляш готовится из говядины (лучше брать грудинку с жирком). Кусочки мяса обжаривают вместе с луком 10—15 минут, причем лука должно быть одна треть от количества мяса (по весу). Затем все перекладывают в эмалированную кастрюлю, заливают кипятком (1л на 0,5 кг мяса) и примерно часок варят на слабом огне. Затем добавляют крупно нарезанный (обязательно предварительно обжаренный!) картофель, равный по весу количеству мяса. Когда картофель будет готов, в кастрюлю добавляют столовую ложку муки, ее тоже надо слегка обжарить на сливочном масле и развести холодной кипяченой водой. Наконец в суп закладывают ломтики помидоров, мелко порубленный красный сладкий перец и щепотку жгучего перца. Осталось все посолить, и через 10—15 минут можно подавать на стол. Едят такой гуляш, конечно же, ложкой, как, впрочем, и любой другой суп.

кастрюлю наливаем обычное подсолнечное масло слоем примерно 1,5—2 см. Перекаливаем его на медленном огне, не доводя до кипения. Когда масло согреется, всыпаем в него 1 ч. ложку семян аниса и ждем. Как только масло побелеет, сливаем его и даем остыть. Теперь наше масло не будет иметь запаха подсолнечного и приобретет аромат настоящего прованского. Оно великолепно подходит для заправки самых разных салатов и приготовления соусов.

Каждый месяц богат праздниками — известными и не очень. С ними связано много традиций, в том числе и кулинарных. Познакомьтесь с некоторыми из них.

МАРТОВСКИЕ ТРАДИЦИИ

1 МАРТА

Самый старый Новый год

До 1492 г. на Руси с этого дня начинали отсчет нового года. Так что у нас есть повод отметить самый старый Новый год! А поскольку крепких напитков наши предки тогда не пили, приготовим что-нибудь безалкогольное. Да погорячее и с медом!

ГОРЯЧИЙ ЛИМОНАД

1 ст. ложка меда,
3 ст. ложки апельсинового сока,
5 г корицы кусочками,
2 гвоздики, цедра 0,5 лимона,
0,5 л воды.

Бросаем в кипяток пряности — тонко срезанную кожицу лимона, кусочки корицы и гвоздику. Через пару минут пряный отвар процеживаем, добавляем в него апельсиновый сок и мед. Размешиваем и разливаем в чашки.

Закуски

ДАРЯТ ВСЕМ УЛЫБКИ ЗВЕЗДНЫЕ РЫБКИ

Хотя сами Рыбы и предпочитают морскую пищу (см. наш гороскоп на стр. 14), хозяйка-Рыбка всегда может предложить самые разнообразные блюда для угощения дорогих гостей.

ПОСТНЫЕ

ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ФАСОЛИ

0,5 кг фасоли,
1 ст. молотых грецких орехов,
1 зубчик чеснока,
2 луковицы,
зелень кинзы,
корица,
гвоздика,
молотый черный перец,
соль.

Отвариваем замоченную заранее фасоль и откидываем в дуршлаг. Орехи, соль, чеснок толчем в ступке, пока не начнет отделяться ореховое масло. Сцеживаем его, а в гущу добавляем по вкусу мелко нарезанную зелень и специи. Лук очень мелко рубим. Соединяем фасоль с ореховой массой и луком. Вымешиваем, слегка разминая часть вареной фасоли в кашицу. Скатываем из полученной массы шарики размером с грецкий орех, укладываем на тарелку, посыпаем зеленью и поливаем отжатым ореховым маслом.

З.Т. Арзуманова, Сочи

50 руб

СВЕКЛА В МАРИНАДЕ

2—3 свеклы,
1 ст. воды,
1—2 ст. ложки сахара,
1 ч. ложка тмина,
3 ст. ложки 3%-ного уксуса.

Свеклу варим, очищаем от кожицы и нарезаем ломтиками или кубиками. Воду кипятим с сахаром и тмином. В готовый охлажденный сироп добавляем уксус (или лимонную кислоту) и заливаем им свеклу. Выдерживаем свеклу в маринаде 2 дня. Подаем как закуску или как гарнир к рыбе.

Подарок читательницам к 8 Марта!

УГОЩЕНИЕ ОТ КУМИРА

СЛАДОСТИ К ПРАЗДНИКУ

Татьяна Светлова

Молодой певице предсказывают большое будущее. Уже ее первая песня «Одинокая звезда», прозвучавшая на многих телеканалах, была тепло встречена телезрителями. Хобби Татьяны — приготовление тортов, рецептом одного из них она делится со всеми женщинами.

ТОРТ «ОДИНОКАЯ ЗВЕЗДА»

ДЛЯ ТЕСТА:
100 г муки, 6 яиц, 6 ст. ложек горячей воды, 150 г сахара, 1 пакетик ванилина, 75 г крахмала, 1/2 ч. ложки соды, 100 г апельсинового сока, сок от 2 лимонов;

ДЛЯ КРЕМА:
1 стакан сметаны, 1 ст. ложка сахара;

ДЛЯ УКРАШЕНИЯ:
3—4 апельсина, ягоды малины (из варенья или компота).

Яичные желтки растираем добела с сахаром и ванилином. Затем вводим взбитую густую пену из белков, добавляем смешанную с содой муку и крахмал и все хорошенько перемешиваем. Форму для выпечки выкладываем пергаментной бумагой и, не смазывая жиром, заполняем тестом, при этом края теста приподнимаем на 2 см. Выпекаем бисквит при температуре 180°С около 35 мин.

Готовый бисквит разрезаем на два коржа. Теперь смешиваем апельсиновый сок с лимонным, чуть подогреваем и сбрызгиваем этим сиропом коржи с внутренней стороны и складываем обе половинки. Сверху торт также смазываем апельсиново-лимонным сиропом.

Апельсины нарезаем кружочками, вынув из них косточки, и покрываем ими торт сверху и по бокам. Сметану взбиваем с сахаром, и звездочками из этого крема украшаем наш торт. В центр каждой звездочки кладем ягодки малины.

Евгений Петросян

Как нам признался популярный юморист, готовить он не очень-то охоч. Но свои любимые блюда у него, конечно же, есть. Рецепт одного из них он и предлагает читательницам к праздничному застолью.

ОРЕХОВЫЕ ТРУБОЧКИ

ДЛЯ ТЕСТА: 500 г муки, 150 г сливочного масла, 250 г сметаны;

ДЛЯ НАЧИНКИ: 250 г сахара, 250 г очищенных грецких орехов, 50 г меда, 3 г (половина чайной ложки) корицы;

ДЛЯ ОБСЫПКИ: 50 г сахарной пудры.

Сливочное масло растираем в течение 15 минут, добавляем в него сметану и все мешаем еще две минуты. Постепенно подсыпаем часть муки и замешиваем тесто. Выкладываем его на стол и всыпаем оставшуюся муку, вымешиваем тесто 10 минут. Даем тесту отлежаться, а тем временем готовим начинку.

Для этого очищенные грецкие орехи надо слегка обжарить и пропустить через мясорубку. Затем добавить к ним сахар, корицу, мед и все перемешать.

Тесто разделяем на небольшие кусочки (примерно по 50 г). Раскатываем на тонкие полоски так, чтобы один конец был несколько расширен. Теперь на каждую полоску теста выкладываем начинку и сворачиваем трубочки, начиная с широкого конца. Укладываем их на противень, смазанный маслом, и выпекаем 20—30 минут. Вынимаем трубочки из духовки и обильно обсыпаем сахарной пудрой.

Вероника Кастро

Мексиканская актриса, известная миллионам россиян по телесериалам «Богатые тоже плачут» и «Дикая роза», угощает своих почитательниц необычным десертом.

АПЕЛЬСИНОВО-БАНАНОВЫЙ КРЕМ

4 яйца, 2 ст. ложки (с верхом) сахарного песка, 1/2 ч. ложки ванилина, 1 ст. ложка желатина, сок от одного лимона, 1 стакан апельсинового сока, 2—3 спелых банана, 250 г сливок, 50 г коньяка (или апельсинового ликера), очищенные от пленок дольки 2—3 апельсинов.

Желтки с сахаром и ванилином растереть добела, желатин положить в холодную кипяченую воду. Довести до кипения лимонный и апельсиновый сок, смешать с желтковым кремом. Затем поставить сосуд в кипящую воду и в течение 5 минут продолжать взбивать в горячей бане. Желатин размешать и добавить в крем. Поставить крем на холод и держать его там, пока не начнет застывать.

Очищенные от кожуры бананы размять вилкой и смешать со сливками (можно добавить к ним 2 белка)

все хорошенько перемешиваем. Форму для выпечки выкладываем пергаментной бумагой и, не смазывая жиром, заполняем тестом, при этом края теста приподнимаем на 2 см. Выпекаем бисквит при температуре 180°С около 35 мин.

Готовый бисквит разрезаем на два коржа. Теперь смешиваем апельсиновый сок с лимонным, чуть подогреваем и сбрызгиваем этим сиропом коржи с внутренней стороны и складываем обе половинки. Сверху торт также смазываем апельсиново-лимонным сиропом.

Апельсины нарезаем кружочками, вынув из них косточки, и покрываем ими торт сверху и по бокам. Сметану взбиваем с сахаром, и звездочками из этого крема украшаем наш торт. В центр каждой звездочки кладем ягодки малины.

Вероника Кастро

Мексиканская актриса, известная миллионам россиян по телесериалам «Богатые тоже плачут» и «Дикая роза», угощает своих почитательниц необычным десертом.

АПЕЛЬСИНОВО-БАНАНОВЫЙ КРЕМ

4 яйца, 2 ст. ложки (с верхом) сахарного песка, 1/2 ч. ложки ванилина, 1 ст. ложка желатина, сок от одного лимона, 1 стакан апельсинового сока, 2–3 спелых банана, 250 г сливок, 50 г коньяка (или апельсинового ликера), очищенные от пленок дольки 2–3 апельсинов.

Желтки с сахаром и ванилином растереть добела, желатин положить в холодную кипяченую воду. Довести до кипения лимонный и апельсиновый сок, смешать с желтковым кремом. Затем поставить сосуд в кипящую воду и в течение 5 минут продолжать взбивать в горячей бане. Желатин размешать и добавить в крем. Поставить крем на холод и держать его там, пока не начнет застывать.

Очищенные от кожуры бананы размять вилкой и смешать со сливками (можно добавить к ним 2 белка), взбитыми в густую пену. Влить коньяк (или ликер) и смешать все с застывающим кремом. Апельсиновые дольки разложить по бокалам или вазочкам, сверху покрыть кремом. До подачи к столу держать на холоде.

Подготовила Надежда Мельник

СКОРОМНЫЕ

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

Капусту кладем в миску и раздергиваем двумя вилками. Яблоки режем брусочками. Зеленый лук мелко рубим. Йогурт перемешиваем с растительным маслом, приправляем смесь специями и заправляем ею капусту с яблоками и луком. Прикрываем салат крышкой и настаиваем при комнатной температуре 1 час.

А.Л. Васильченко, Курская обл.

50 руб

0,5 кг квашеной капусты, 2 яблока, 3 стебля зеленого лука.

Для заправки: 250 г натурального йогурта (без фруктовых добавок), по щепотке соли, перца и сахара, 1 ч. ложка горчицы, 4 ст. ложки растительного масла.

ТМИННЫЙ ХЛЕБ

Масло растираем с тмином. Нарезаем хлеб на ломтики толщиной 1,5—2 см, но не до конца, а немного не доходя до основания. Тщательно смазываем каждый ломтик маслом с тмином. Заворачиваем батон в фольгу и помещаем в горячую духовку на 10—15 минут. Подаем хлеб горячим, не снимая фольги. Точно так же можно приготовить чесночный хлеб, если вместо тмина использовать измельченный чеснок. Такой хлеб подойдет и к закусочному столу, и к обеденному.

1 батон (лучше багет), 1 ч. ложка семян тмина, 4 ст. ложки сливочного масла.

САЛАТ МЯСНОЙ С КАБАЧКАМИ

Мясо, яйца, кабачки режем брусочками, перемешиваем вместе с фасолью. К сметане добавляем хрен, соль, сахар, перец, если есть, то и зелень укропа. Заправляем салат сметаной. Подаем охлажденным.

Н.К. Дедова, Красногвардейск

50 руб

300 г вареного мяса, 3 вареных яйца, 150 г консервированных кабачков, 1 ст. вареной фасоли, 1 ч. ложка хрена, соль, перец, сахар, сметана.

МАРТОВСКИЕ ТРАДИЦИИ

Вот это праздник так праздник! Мужчины дарят подарки, произносят тосты, и все это — в честь милых дам. А женщины от такого внимания тают, совсем как восхитительные воздушные пирожные...

ПИРОЖНЫЕ «ДАМСКИЙ КАПРИЗ»

2 сырых яичных белка, 125 г сахарной пудры, 2 ч. ложки муки, 1 ч. ложка лимонного сока.

Охлажденные яичные белки взбиваем вместе с сахарной пудрой в пышную устойчивую пену. Добавляем муку и лимонный сок, продолжаем взбивать до получения однородной воздушной массы. Выкладываем полученное тесто в кондитерский мешок с насадкой «звездочка» диаметром 7 мм. Выдавливаем на выстланный пергаментом противень кружочки размером с монетку. Ставим выпекать на 30 минут в разогретую до 150°С духовку. Охлаждаем, не вынимая пирожные из духовки. Остывшие пирожные перекладываем в вазочку и подаем к кофе, чаю.

8 МАРТА

Международный женский день

ОТПРАВЛЯЯСЬ ЗА ПОКУПКАМИ, берите с собой газету! Материалы «Э.П.» помогут вам сделать правильный выбор и защитить свои права.

ЭКСПЕРТНАЯ

САМ СЕБЕ ЭКСПЕРТ

ОЧИЩЕННЫЕ ОРЕХИ ПОРТЯТСЯ ОТ ВОЗДУХА

Грецкие орехи я обычно покупаю уже очищенными от скорлупы — так удобнее. Но иногда они попадаются с горьковатым, даже прогоркшим вкусом. Почему так происходит?

Т. М. Резничук, Калуга

Отвечает **кандидат химических наук Екатерина ПАШУТИНА:**

— Ядра орехов, в том числе и грецких, богаты жирами, которые, как известно, при свободном доступе воздуха окисляются и прогоркают. Если орехи защищены скорлупой, этого не происходит: благодаря ей сохраняется целостность пленки, которая непосредственно покрывает ядрышки и препятствует их контакту с воздухом. У очищенных же орехов защитная пленка разрушена. В этом случае **жиры, содержащиеся в ядрах, становятся легкодоступными для воздуха — начинается реакция окисления,** орехи прогоркают и приобретают неприятный горьковатый вкус.

Кстати, очищенные кедровые орешки портятся гораздо быстрее грецких. А вот очень твердые орехи — арахис, фундук, миндаль, лещина — прогоркают меньше. Во-первых, они хуже пропускают воздух — защитная пленка на них плотная и сидит очень крепко (с миндального ореха и лещины, например, снять ее очень непросто). Кроме того, в них много природных антиокислителей, препятствующих действию кислорода, и меньше жирных кислот, легко подвергающихся окислению.

Разумеется, «окисленные» орехи для здоровья не так полезны. Поэтому, покупая только ядрышки без скорлупы, лучше попробовать их на вкус. Если он вас устраивает, то дома хранить такие орехи нужно в плотно закрытой посуде, исключающей доступ к ним воздуха, желательно в темном месте.

Очищенные орешки, продаваемые в упаковке, защищены от воздействия воздуха и дольше не портятся. Предельный срок их хранения указывается на упаковке.

Покупая орешки на рынке, следует быть внимательным: доброкачественные ядрышки продаются зачастую вперемешку с уже испорченными.

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ...

ХОЧУ СОХРАНИТЬ РОССИЙСКУЮ ПЕНСИЮ

Мы с мужем больше 30 лет прожили на Севере. Недавно он умер, и я хочу переехать к дочке на Украину на постоянное жительство. В собесе мне сказали, что там я буду получать пенсию как гражданка этой страны. Но мне бы хотелось сохранить российскую пенсию. Могу ли я получать ее на Украине? Если да, то как этого добиться?

Л.Ф. Тягунова, Воркута

Отвечает **адвокат Наталья Колпакова:**

— Хочу вас успокоить: вы имеете полное право получать российскую пенсию, проживая за границей, в частности на Украине. Это предусмотрено статьей 2 Закона РФ «О выплате пенсий гражданам, выезжающим на постоянное место жительства за пределы Российской Федерации». Пенсию на Украине вам будут платить в местной валюте по курсу рубля на день выплаты. Для этого вам нужно перед отъездом написать заявление в собес о выезде на постоянное место жительства за пределы России, указав в нем адрес для перевода пенсии. Пенсию вы сможете получать уже через месяц после отъезда, но не раньше дня, когда обычно выплачивается пенсия по вашему новому месту жительства.

СЧЕТЧИК

Просто добавь... огня!

Очень часто в рецептах можно встретить такие рекомендации: «выпекать при слабом нагреве духовки» или «запечь в сильно нагретой духовке». Чтобы не ошибиться в выборе температуры, предлагаем заглянуть в нашу табличку.

Нагрев духовки	Температура (°С)
Очень слабый	90-120
Слабый	120-160
Средний	160-200
Сильный	200-235
Очень сильный	235-270

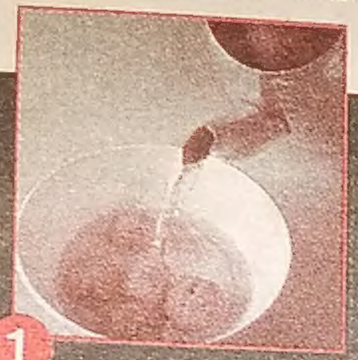
Покупая орешки на рынке, следует быть внимательным: доброкачественные ядрышки продаются зачастую вперемешку с уже испорченными, покрытыми пятнами.

хуже пропускают воздух — защитная пленка на них плотная и сидит очень крепко (с миндального ореха и лещины, например, снять ее очень непросто). Кроме того, в них много природных антиокислителей, препятствующих действию кислорода, и меньше жирных кислот, легко подвергающихся окислению.

Разумеется, «окисленные» орехи для здоровья не так полезны. Поэтому, покупая только ядрышки без скорлупы, лучше попробовать их на вкус. Если он вас устраивает, то дома хранить такие орехи нужно в плотно закрытой посуде, исключающей доступ к ним воздуха, желательно в темном месте.

«Р.С.» советует:

Чтобы не колоть орехи молотком, положите их в эмалированную кастрюлю или миску и залейте крутым кипятком (1). Накройте крышкой и оставьте на 10—15 минут, затем воду слейте. Теперь орехи легко расщепляются кончиком ножа и ядра целиком извлекаются из скорлупы (2).

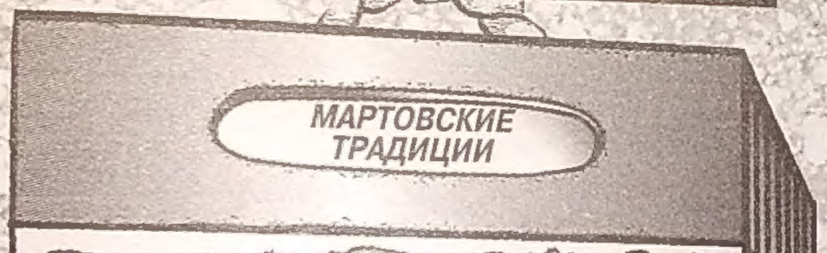


1

2

температуры, предлагаем за...

Нагрев духовки	Температура (°С)
Очень слабый	90-120
Слабый	120-160
Средний	160-200
Сильный	200-235
Очень сильный	235-270



14 МАРТА

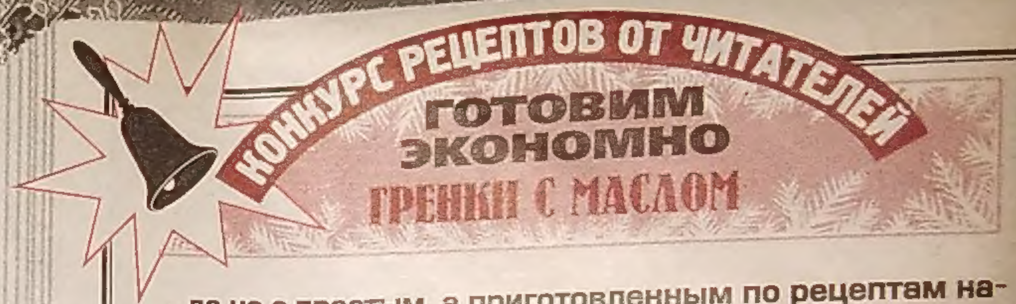
Евдокия — замочи подол

С этого дня начинали закликать весну, например, так: «Приди к нам, весна, со радостью! Со великой к нам со милостью!» Еще в этот день празднуют свои именины все, кто носит имя Антонина. А что для праздничного стола надо? Правильно, пирог испечь!

ПИРОГ «АНТОНИНА»

4 сырых яйца, 185 г сахара, 2 ч. ложки апельсиновой цедры, 90 г сливочного масла, 1/3 ст. сливок, 100 г муки с разрыхлителем.

Яйца взбиваем с сахаром в пену. Добавляем, не переставая взбивать, сливки, натертую цедру и растопленное масло. В последнюю очередь вмешиваем просеянную муку с разрыхлителем (в качестве разрыхлителя можно использовать соду с лимонной кислотой — примерно 0,5 ч. ложки). Замешивать тесто надо быстро, чтобы оно не успело осесть. Выпекаем пирог в заранее выстланной пергаментом, смазанной маслом форме в течение 40 минут при t 180° С. Готовый пирог смазываем любым джемом и посыпаем рублеными обжаренными орешками.



...да не с простым, а приготовленным по рецептам наших читателей. Хотите сами ешьте, хотите гостей угощайте — и вкусно, и недорого!

14,9 балла

200 г сливочного масла (маргарина), 1 баночка шпрот, 1 маленькая луковица.

ШПРОТНОЕ

Бывает, что содержимое баночки шпрот скорее похоже на шпротный паштет. Не надо расстраиваться, из него получится замечательная паста для бутербродов. Итак, сливаем из баночки масло, а рыбу выкладываем в мисочку и растираем. Добавляем очень мелко рубленный лук (но можно и без него). Масло взбиваем и постепенно подмешиваем в него шпротную массу. Такое масло может храниться в холодильнике несколько дней.

Приз

Л.Е. Рядько, Южно-Сахалинск

14,8 балла

100 г сливочного масла (маргарина), 100 г плавленого сыра, 3 ядра грецких орехов.

СЫРНОЕ

Сыр кладем на 30 минут в морозилку, затем натираем на мелкой терке (если измельчаем блендером, то замораживать не надо). Орехи мелко рубим. Масло взбиваем и перемешиваем с измельченным сыром и орехами. Если есть свежая зелень, то хорошо бы порубить и ее, хотя бы пару веточек. У нас в семье очень любят с кинзой, но я знаю, что ее запах не всем нравится.

Приз

З.Ибрагимова, Усть-Кут

ПАЛАТА

РАЗДЕЛ ПОДГОТОВИЛИ:
Елена Юдина,
Евгений Павлов

«Р.С.» предупреждает: как правило, ядохимикаты накапливаются в кожуре плодов. Поэтому перед употреблением их надо мыть горячей водой, а для детей обязательно очищать от кожуры. Виноград также лучше есть без кожицы.

АВОСЬКА ПОТРЕБИТЕЛЯ

ИМПОРТНЫЕ ФРУКТЫ «ЗАЛИВАЮТ» ЯДОХИМИКАТАМИ

Купить зимой фрукты сегодня не проблема. К нам их везут из разных стран, а выглядят они так, будто только вчера сорваны. Как же за границей умудряются так подолгу сохранять плоды, и безопасны ли они?

Марина Николаенко, Челябинск

Отвечает **кандидат сельскохозяйственных наук Геннадий ГРИЦИНИН:**

В ХОЛОДЕ И ГАЗЕ

Справка «Р.С.»

Самый распространенный во многих странах способ длительного хранения плодов — на холоде в газовой среде (с повышенным содержанием углекислого газа и пониженным — кислорода). Для этого фрукты упаковывают в полиэтиленовые мешки со специальной мембраной. Ее назначение — пропускать внутрь кислород и не выпускать больше, чем нужно, углекислого газа. Овощи и фрукты в таких мешках сохраняют все витамины в течение нескольких месяцев.

Однако хранение плодов в холоде и газе имеет и свои минусы. Перед закладкой на хранение фрукты подвергаются специальной обработке. Еще **в процессе созревания плодов растения опрыскивают разными ядохимикатами. С бананами, яблоками, цитрусовыми это проделывают по 5—6 раз за сезон.** Если знать меру, ничего особо страшного в этом нет. Но в том-то и дело, что в странах, выращивающих урожай специально на экспорт, ядохимикаты часто льют в количествах, превышающих все допустимые нормы.

Сухофрукты, моченые яблоки, компоты из фруктов, собранных в своем саду, гораздо безопаснее импортных плодов и не уступают им по содержанию витаминов.

Наличие плесени на срезе яблока вокруг его сердцевины — признак слишком длительного хранения импортного плода. Хотя благодаря обработке специальными (и далеко не безопасными) химикатами внешне яблоко выглядит безукоризненно.

САМ СЕБЕ КОНТРОЛЕР

Если вы не хотите приобрести вместо витаминов ядохимикаты, позаботьтесь о своей безопасности сами и прислушайтесь к следующим советам. Итак, не стоит покупать плоды:

- с резким фруктовым или посторонним запахом (здоровые, зрелые плоды имеют нежный запах);
- недозрелые (в сахаристых, спелых фруктах, кроме по природе кислых лимонов и киви, накапливается меньше вредных веществ, они реже портятся);
- поврежденные, деревянистые, не сочные. Это признак их интенсивной обработки ядохимикатами;
- если на поверхности плодов имеются стирающиеся серовато-беловатые пятна, подтеки.

ЗДОРОВЬЕ

ГРЕЙПФРУТОВЫЙ СОК УСИЛИВАЕТ ДЕЙСТВИЕ ЛЕКАРСТВ!

Чем лучше запивать те или иные лекарства? Влияет ли это на их лечебные свойства?

О. Максимович, Тюмень

Отвечает **врач-фармаколог Мария ГУСЕВА:**

— При приеме лекарств надо непременно знать, какое из них чем лучше запивать. К примеру, антибиотики теряют свои лечебные свойства, если их запивают молоком. Они также не сочетаются с йогуртом и кефиром. А грейпфрутовый сок, наоборот, усиливает действие некоторых препаратов (успокоительных, обезболивающих, лекарств от гипертонии и противоаллергических). Причем это сочетание может привести к учащению пульса, нарушению сердечного ритма и другим неприятностям, представляющим риск для здоровья. Поэтому **интервал между приемом лекарств и употреблением грейпфрутового сока должен составлять не менее 2 часов.**

Любимая многими кока-кола, а также чай и кофе не годятся для запивания антидиабетических препаратов, их сочетание может привести к опасному снижению уровня сахара в крови.

Вообще же наиболее безобидный «спутник» для таблеток — вода (только не газированная!), если в инструкции по употреблению препарата не сказано иного.

ВКУСНО-ПРОСТО-ДЕШЕВО

Куда и как необходимо сделать запрос на бесплатное получение подробного описания бытовой

обработке специальными (и далеко не безопасными) химикатами внешне яблоко выглядит безукоризненно.

- недозрелые (в сахаристых, спелых фруктах, кроме по природе кислых лимонов и киви, накапливается меньше вредных веществ, они реже портятся);
- поврежденные, деревянистые, не сочные. Это признак их интенсивной обработки ядохимикатами;
- если на поверхности плодов имеются стирающиеся серо-вато-беловатые пятна, подтеки.

жен составлять не менее 2 часов.

Любимая многими кока-кола, а также чай и кофе не годятся для запивания антидиабетических препаратов, их сочетание может привести к опасному снижению уровня сахара в крови.

Вообще же наиболее безобидный «спутник» для таблеток — вода (только не газированная!), если в инструкции по употреблению препарата не сказано иного.

Рецепты оцениваются по пятибалльной шкале за скорость приготовления, экономичность и вкус. По сумме трех оценок выставляется общий балл.

ЯИЧНОЕ

Масло взбиваем с яичным желтком, белок трем на терке и добавляем в смесь. Туда же кладем зелень, тертый хрен, солим и перчим по вкусу. Все вместе еще раз взбиваем. Вместо хрена можно положить в масло кетчуп или горчицу, тоже вкусно.

Приз ***Н.Д. Сердюкова, Мытищи***

100 г сливочного масла (маргарина),
1 вареное яйцо,
1 ч. ложка рубленой зелени,
1 ч. ложка хрена,
соль, перец.

ГРИБНОЕ

Масло взбиваем, добавляем очень мелко крошенные грибы и лук, солим и перчим по вкусу (можно использовать соленые или маринованные грибы, тогда соль не нужна). Все перемешиваем и смазываем грибной пастой ломтики хлеба. Хлеб можно подрумянить в духовке или на сковороде, так будет еще вкуснее.

Приз ***Г.О. Сергазиева, Новосибирск***

100 г сливочного масла (маргарина),
3 ст. ложки мелко рубленных отварных грибов,
1 маленькая луковица,
соль, перец.

МЕДОВОЕ

Масло заранее достаем из холодильника, чтобы оно успело размягчиться. Затем взбиваем его, добавив мед и лимонный (апельсиновый) сок. В последнюю очередь подмешиваем измельченные орехи. Мои дети предпочитают бутерброды с «маминым» маслом любым покупным пастам.

Приз ***Р.Б. Куликова, Белгородская обл.***

14,6 балла

100 г сливочного масла,
1 ст. ложка меда,
1 ч. ложка лимонного или апельсинового сока,
2–3 орешка (грецких, фундук).

МАРТОВСКИЕ ТРАДИЦИИ

Все мы — потребители, так что этот праздник стопроцентно наш! А что себе подарить в этот день, может, новую тефлоновую сковородку? Идем выбирать!

СКОВОРОДКА В ПОДАРОК

Итак, **толщина стенок** сковороды должна быть не менее 3 мм, иначе наш подарок очень быстро выйдет из строя — днище деформируется, антипригарный слой выгорит.

Более надежны и долговечны сковороды, у которых внешняя поверхность изготовлена **из нержавеющей стали**. Такая посуда тяжелее, чем та, что полностью делается из алюминиевого сплава. И дороже.

Сковороды **с радиальными насечками** на обороте лучше подходят для электроплит, поскольку улучшают равномерность распределения тепла.

Для газовых плит предназначены сковороды **с концентрическими углублениями** (кругами).

Для электроплит с керамической поверхностью подойдут сковороды **с затемненным днищем**.

Сковороду **с заштампованным в днище железным диском** можно использовать и на газовых, и на электроплитах — они хорошо сохраняют форму, не деформируются.

15 МАРТА
Всемирный день потребителя

С миру по крошке

ТАЙНАЯ ВЕЧЕРЯ СМОТРИТСЯ ПРЕКРАСНО: ВСЕ ФИГУРЫ СДЕЛАНЫ ИЗ СЛИВОЧНОГО МАСЛА

Норма Даффи Лайон, семидесятилетняя жительница американского штата Айова, обожает лепить. Недавно она организовала выставку своих работ, где посетителям пришлось изрядно померзнуть. Почему? Да потому, что все скульптуры сделаны из сливочного масла и, чтобы они не растаяли, их нужно содержать в специальной камере, промороженной до температуры - 42° С. Но даже несмотря на это, на выставку пришло немало людей, пожелавших увидеть шедевры Лайон: тайную вечерю Христа с 12 апостолами, памятник Элвису Пресли, фигуры домашних животных, и все это — в натуральную (!) величину.

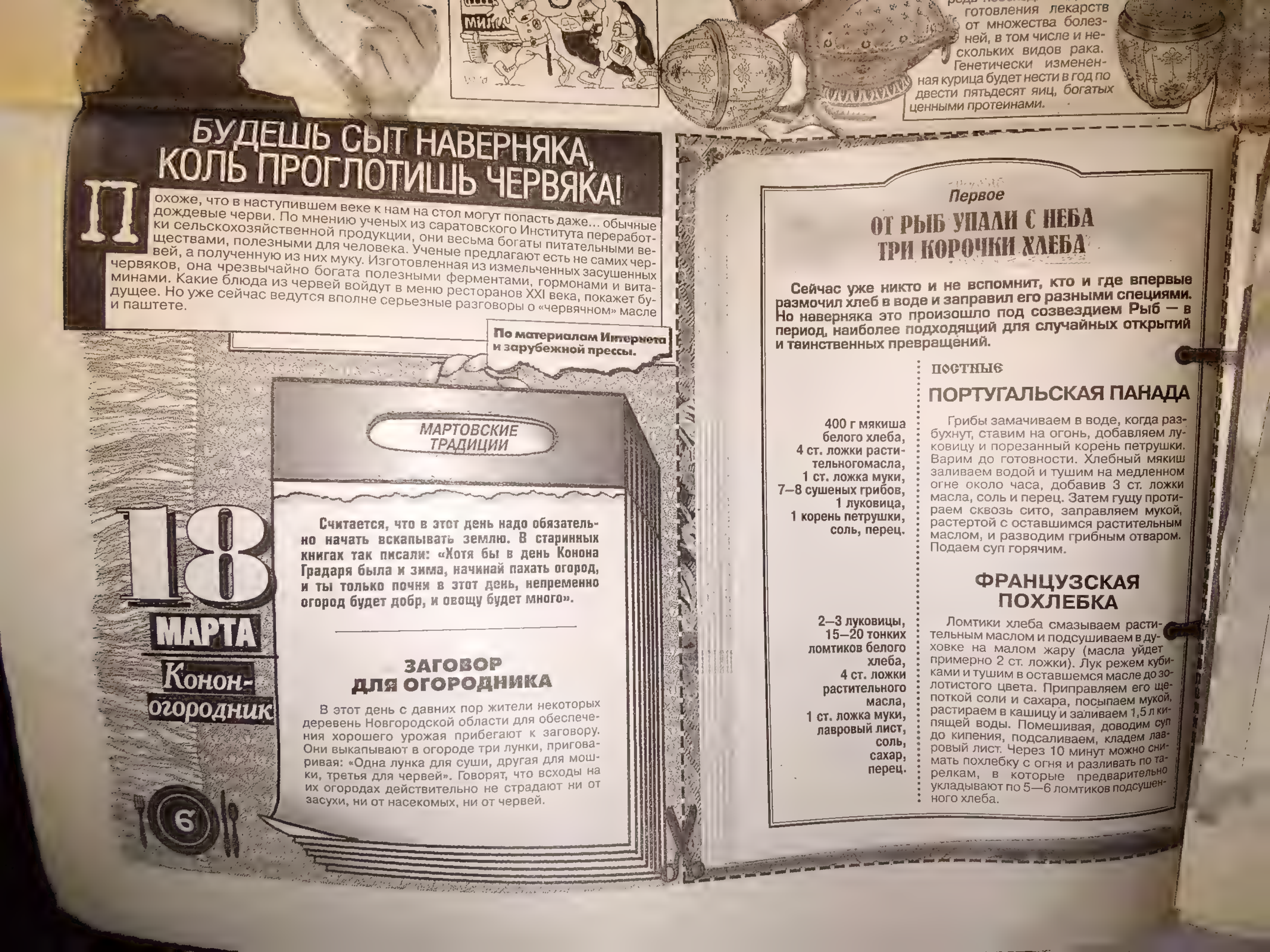
БУЛЬОНЧИК СИЛЫ НЕ ПРИБАВИЛ, А В БОЛЬНИЦУ ВСЕХ ОТПРАВИЛ

20-летний студент Джон Ростек из английского города Ньюкасла решил приготовить себе супец, развивающий мускулатуру. По рецепту знакомых культуристов будущий Рэмбо обильно приправил бульон анаболиками (препараты, способствующие наращиванию мышечной массы. — *Прим. ред.*). Отведать суперсупчика Джон пригласил трех приятелей. Увы, трапеза закончилась весьма печально: как только бульон закипел, из кастрюли стали подниматься ядовитые пары. Джон, едва занесший над тарелкой ложку, потерял сознание. Плохо стало и его друзьям. Жизнь им спасли врачи «скорой помощи», проникшие на кухню в противогазах и доставившие незадачливых культуристов в больницу.

У ОВЕЧКИ ДОЛЛИ ЕСТЬ ТЕПЕРЬ ПОДРУЖКА — С «ЗОЛОТЫМ» ЯИЧКОМ КУРОЧКА-НЕСУШКА

Генетики из Шотландии, клонировавшие несколько лет назад знаменитую овечку Долли, создали ей тем же способом подружку — курицу Бритни, назвав ее так в честь популярной поп-певицы Бритни Спирс. Ученые изменили генетический код птицы, после чего снесенные ею яички стали поистине «золотыми» — в их белке очень много протеинов. Они в свою очередь необходимы для изготовления лекарств от множества болезней, в том числе и нескольких видов рака. Генетически измененная курица будет нести в год по двести пятьдесят яиц, богатых ценными протеинами.

БУДЕШЬ СЫТ НАВЕРНЯКА,



готовления лекарств от множества болезней, в том числе и нескольких видов рака. Генетически измененная курица будет нести в год по двести пятьдесят яиц, богатых ценными протеинами.

БУДЕШЬ СЫТ НАВЕРНЯКА, КОЛЬ ПРОГЛОТИШЬ ЧЕРВЯКА!

Похоже, что в наступившем веке к нам на стол могут попасть даже... обычные дождевые черви. По мнению ученых из саратовского Института переработки сельскохозяйственной продукции, они весьма богаты питательными веществами, полезными для человека. Ученые предлагают есть не самих червей, а полученную из них муку. Изготовленная из измельченных засушенных червяков, она чрезвычайно богата полезными ферментами, гормонами и витаминами. Какие блюда из червей войдут в меню ресторанов XXI века, покажет будущее. Но уже сейчас ведутся вполне серьезные разговоры о «червячном» масле и паштете.

По материалам Интернета и зарубежной прессы.

МАРТОВСКИЕ ТРАДИЦИИ

18 МАРТА

Конон-огородник

Считается, что в этот день надо обязательно начать вскапывать землю. В старинных книгах так писали: «Хотя бы в день Конона Градаря была и зима, начинай пахать огород, и ты только почни в этот день, непременно огород будет добр, и овощу будет много».

ЗАГОВОР ДЛЯ ОГОРОДНИКА

В этот день с давних пор жители некоторых деревень Новгородской области для обеспечения хорошего урожая прибегают к заговору. Они выкапывают в огороде три лунки, приговаривая: «Одна лунка для суши, другая для мошки, третья для червей». Говорят, что всходы на их огородах действительно не страдают ни от засухи, ни от насекомых, ни от червей.

Первое

ОТ РЫБ УПАЛИ С НЕБА ТРИ КОРОЧКИ ХЛЕБА

Сейчас уже никто и не вспомнит, кто и где впервые размочил хлеб в воде и заправил его разными специями. Но наверняка это произошло под созвездием Рыб — в период, наиболее подходящий для случайных открытий и таинственных превращений.

ПОСТНЫЕ

ПОРТУГАЛЬСКАЯ ПАНАДА

400 г мякиша белого хлеба, 4 ст. ложки растительногомасла, 1 ст. ложка муки, 7–8 сушеных грибов, 1 луковица, 1 корень петрушки, соль, перец.

Грибы замачиваем в воде, когда разбухнут, ставим на огонь, добавляем луковицу и порезанный корень петрушки. Варим до готовности. Хлебный мякиш заливаем водой и тушим на медленном огне около часа, добавив 3 ст. ложки масла, соль и перец. Затем гущу протираем сквозь сито, заправляем мукой, растертой с оставшимся растительным маслом, и разводим грибным отваром. Подаем суп горячим.

ФРАНЦУЗСКАЯ ПОХЛЕБКА

2–3 луковицы, 15–20 тонких ломтиков белого хлеба, 4 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка муки, лавровый лист, соль, сахар, перец.

Ломтики хлеба смазываем растительным маслом и подсушиваем в духовке на малом жару (масла уйдет примерно 2 ст. ложки). Лук режем кубиками и тушим в оставшемся масле до золотистого цвета. Приправляем его щепоткой соли и сахара, посыпаем мукой, растираем в кашицу и заливаем 1,5 л кипящей воды. Помешивая, доводим суп до кипения, подсаливаем, кладем лавровый лист. Через 10 минут можно снимать похлебку с огня и разливать по тарелкам, в которые предварительно укладывают по 5—6 ломтиков подсушенного хлеба.

АНДРЕЙ ДЕМЧЕНКО

Мини-роман

НАУКА ЛЮБВИ

КОНФУЗ

— Девушка, можно вас на минуточку. — Сергей с трудом сумел завладеть вниманием продавщицы, у которой в этот предпраздничный день голова явно шла кругом. — Скажите, какой подарок можно купить к 8 Марта, чтобы каждой женщине подошел? Всем, короче говоря.

— Ого, — продавщица с интересом и даже уважением посмотрела на Сергея, — неужели у вас их так много?

— У меня в отделе — целых семь, и всем подарки надо, и чтоб никто не обиделся, — засмеялся Сергей. — Может, шампунь какой-нибудь?

— Ой нет, шампунь не годится, у них же волосы разные, у кого жирные, у кого сухие... Ну, я прямо не знаю... Вот наборы маникюрные, что ли, купите. Всем одинаковые. У нас выбор большой...

— Это мысль! Найдите мне, какие подешевле.

За спиной Сергея кто-то хихикнул; негромко, но так, чтобы слышно все-таки было. Быстро обернувшись, мужчина увидел одну из своих подчиненных, младшего научного сотрудника Машу Лаврову.

— Значит, не хотите на нас сильно тратиться, Сергей Михайлович? — с самой невинной гримаской спросила она, хлопая глазами. — И правильно! При наших-то зарплатах...

— Ну вот. — Сергей никак не мог найти, что сказать. — Издеваетесь...

— Да не издеваюсь я! Вполне серьезно говорю. Семерым бабам по набору, каждый по сколько? — Маша заглянула в ценники. — Пожалуйста, самые дешевые по сто десять рублей. Итого семьсот семьдесят! Жуть! Да это же половина вашей зарплаты... — Маша еще разок хихикнула. — Ну ладно, Сергей Михайлович, я побежала.

— Вы, конечно, меня извините, —

купите. Всем одинаковые. У нас выбор большой...

— Это мысль! Найдите мне, какие подешевле.

За спиной Сергея кто-то хихикнул; негромко, но так, чтобы слышно все-таки было. Быстро обернувшись, мужчина увидел одну из своих подчиненных, младшего научного сотрудника Машу Лаврову.

— Значит, не хотите на нас сильно тратиться, Сергей Михайлович? — с самой невинной гримаской спросила она, хлопая глазами. — И правильно! При наших-то зарплатах...

— Ну вот, — Сергей никак не мог найти, что сказать, — издеваетесь...

— Да не издеваюсь я! Вполне серьезно говорю. Семерым бабам по набору, каждый по сколько? — Маша заглянула в ценники. — Пожалуйста, самые дешевые по сто десять рублей. Итого семьсот семьдесят! Жуть! Да это же половина вашей зарплаты... — Маша еще разок хихикнула. — Ну ладно, Сергей Михайлович, я побежала.

— Вы, конечно, меня извините, — покачала головой продавщица, — но я вам честно скажу: ох и стервочка она у вас...

Сергей только рукой махнул. Покупать ему уже ничего не хотелось. Возьму цветов, да и все, подумал он.

Черт побери, думал Сергей уже на улице, как же неудобно получилось! Угораздило идиота покупать подарки в универмаге, который ближе всего к нашей конторе... Но и эта девка хороша, она же действительно издевалась! Ладно, разберемся как-нибудь, сказал себе Сергей, хотя, как именно нужно разбираться, он и понятия не имел. Все осложнялось тем, что, проработав с Лавровой бок о бок целый год и не обращая на нее внимания как на женщину, пару недель назад он ни с того ни с сего влюбился в нее, будто мальчишка.

ЛЮБИМЫЙ ШЕФ

Вот дура, какая же я дура, думала Маша, подходя к зданию НИИ. Ну зачем, спрашивается, было себя вести подобным образом? Дерзко, вместе с тем глупо... И чего ты добилась? Он и так тебя терпеть не может, говорила себе Маша, а ты делаешь все, чтобы он тебя просто возненавидел. Ты же просто как школьница, которая тиранит и мучит именно того мальчика, в которого влюблена...

Маша не раз думала, что с виду Михалыч (именно так сотрудницы за глаза называли своего шефа) из себя ничего особенного не представляет. Невысокий, неяркий... Всего-то и достоинств, что голубые глаза и солидный возраст (Маше было всего двадцать три — на целых пятнадцать лет меньше, чем ее начальнику, и это ее радовало: глупенькие пацаны-ровесники надоели уже давно). С Михалычем ей постоянно хотелось общаться; к сожалению, охотнее всего он разговаривал только на темы, связанные с их работой.

Для наших читателей, которые совсем недавно познакомились с газетой, мы публикуем лучшие статьи из прошлых выпусков начиная с самых первых номеров.

Наши золот

АВОСЬКА ПОТРЕБИТЕЛЯ

ФОКУСЫ С ВЕСАМИ

Нередко, приобретая что-нибудь в магазине или на рынке, многие из нас становятся жертвами хитрых продавцов. Чтобы избежать обмана и последующего скандала, запомните некоторые «профессиональные трюки» с весами:

Продукт взвешивается в оберточной бумаге. Но на другую чашу весов аналогичный по размеру лист бумаги или вовсе не кладется, или кладется совсем маленький листик.

Весы против света развернуты под углом к прилавку. Это позволяет оптически создать некоторую разницу между видимым и реальным весом товара.

СЧЕТЧИК

ДЛЯ ВАС, СЛАСТЕНЫ!

Специалисты Института питания рекомендуют потреблять не более 50 — 60 граммов сахара в день. Немного арифметики и...

СОДЕРЖАНИЕ САХАРА В РАЗЛИЧНЫХ ПРОДУКТАХ

Название продукта	Единица измерения	Кол-во сахара (в граммах)
Сахар-рафинад	Кусочек	7
Сахарный песок	Чайная ложка	8
Пирожное	Штука	15
Конфета	Штука	10
Варенье	Чайная ложка	11
Печенье	Пачка (185 г)	50
Фруктовый сок	Стакан	26
Компот	Стакан	39

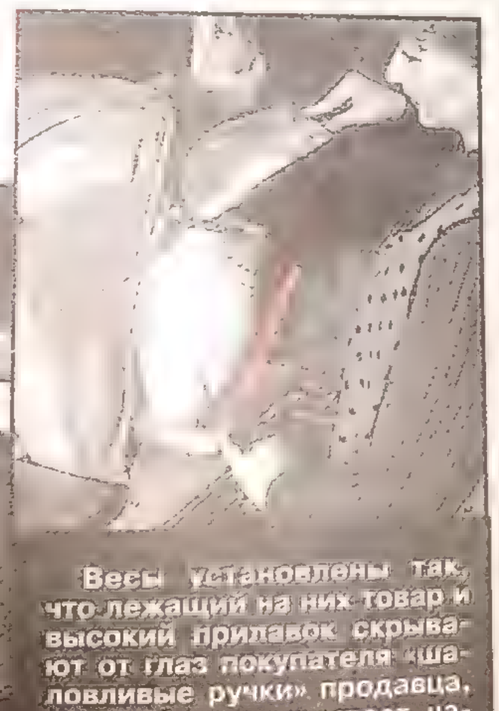
оберточной бумаге. Но на другую чашу весов аналогичный по размеру лист бумаги или вовсе не кладется, или кладется совсем маленький листик.

Весы против света развернуты под углом к прилавку. Это позволяет оптически создать некоторую разницу между видимым и реальным весом товара.

«Р. С.» РЕКОМЕНДУЕТ

Идя за покупками, берите с собой калькулятор. Даже если вы не будете им пользоваться, один только его вид отрезвляюще подействует на нерадивого продавца.

Гиря постоянно находится на чаше весов. И поэтому невозможно определить, стоит ли стрелка на нуле, как полагается, или отклонена на несколько граммов «в пользу» продавца.



Весы установлены так, что лежащий на них товар и высокий прилавок скрывают от глаз покупателя «шаловливые ручки» продавца, который придерживает чашу весов мизинцем.

Сахар-рафинад	Кусочек	7
Сахарный песок	Чайная ложка	8
Пирожное	Штука	15
Конфета	Штука	10
Варенье	Чайная ложка	11
Печенье	Пачка (185 г)	50
Фруктовый сок	Стакан	26
Компот	Стакан	39

МУЖЧИНЫ — К ПЛИТЕ!

Все приготовлено мужскими руками — утренний кофе со свежайшей булочкой, обед на всю семью или праздничный ужин на двоих. Что это? Весна, 8 Марта: еще одно признание в любви...

«УЛИТКИ» ПИЦЦА

ДЛЯ ТЕСТА: 1 яйцо, 1/3 ст. сахарного песка, 2 ст. ложки растительного масла, щепотка соли, 1/2 ч. ложки соды, погашенной уксусом, 3 ст. муки, 1 ст. молока или воды.

ДЛЯ НАЧИНКИ: 1 луковица, 200 г вареных грибов, 2 ст. ложки томатного соуса, 100 г сыра, соль, перец по вкусу.

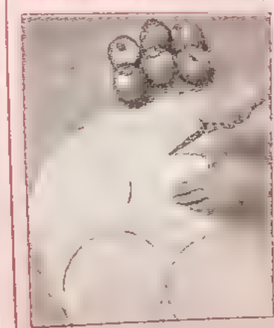
Замесить тесто, скатать его в колобок, накрыть полотенцем и оставить на 20 минут. За это время приготовить начинку. Лук мелко нарезать, грибы, если крупные, тоже измельчить и вместе с луком слегка обжарить на растительном масле. Сыр потереть на терке, соус развести водой, чтобы получилось 1/2 стакана.

Теперь тесто надо раскатать на 2 части и положить обе на противень, посыпанный мукой. Края лепешек можно немного приподнять, чтобы получились небольшие бортики. Распределить начинку на тесте ровным слоем, посолить, поперчить, залить томатным соусом (чтобы пицца была посочнее) и посыпать сверху тертым сыром.

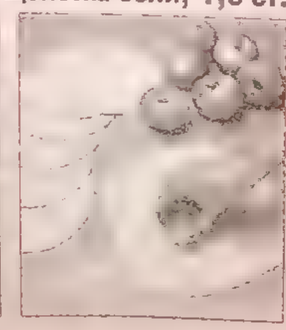
Запекать в духовке 30 минут при

«РАЙСКИЕ» ЯБЛОКИ

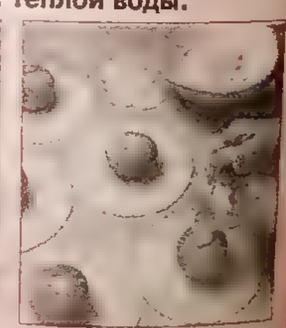
ДЛЯ ТЕСТА: 1,5 ст. муки, 1 яйцо, 1 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. лимонного сока, 1 щепотка соли, 1,5 ст. теплой воды.



1. Используя перевернутую тарелку как форму, вырежьте из раскатанного теста большие кружки.



2. Маленькие кружки сделайте с помощью зубчатой формочки для теста.



3. Вместо удаленной яблочной сердцевинки положите смесь сахара, масла и корицы.

Лотые страницы

СТАТЬИ СОБРАНЫ ИЗ:

№3/97, стр.7 «Плов без мяса от Ирины Хакамады»
№3/98, стр.4–5 «Мужчины, к плите!»
№3/98, стр.6 «Овощи, которые тают»
№3/99, стр.5 «Фокусы с весами»
№1/99, стр.6 «Для вас, сластены»

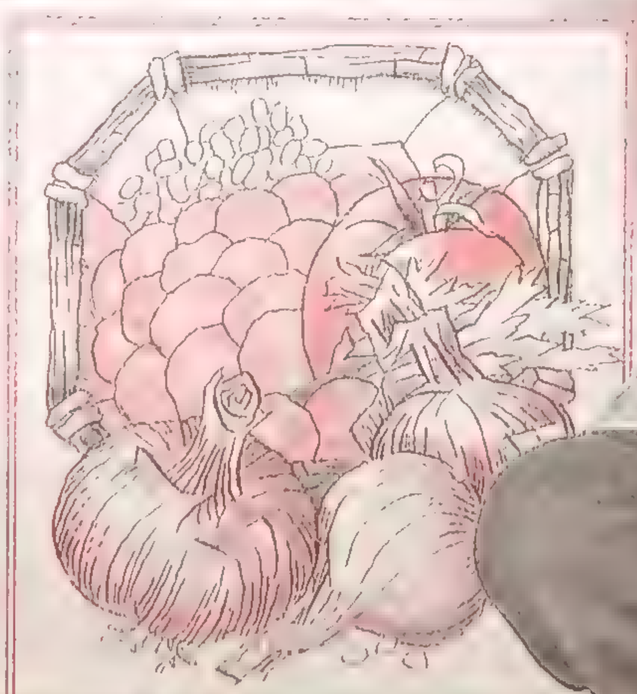
РЕЦЕПТ ОТ ЗВЕЗДЫ

ПЛОВ БЕЗ МЯСА
от Ирины Хакамады

Рис (круглый, а не длинный), лук и любые другие овощи. Можно и замороженные.

Мелко нарезанный лук обжарить до золотистого цвета. Добавить в него другие нарезанные овощи, и все это пережарить. Вымыть рис, положить в кастрюлю, сбросить туда же все овощи и слить оставшееся на сковородке масло. Перемешать и залить на 2 пальца чистой водой (или отфильтрованной, или холодной кипяченой). Рис лучше промывать горячей водой. Закрыть крышкой и поставить на сильный огонь. Главное — поймать минуту, когда он закипит, и уменьшить огонь до минимума. Держать еще минут 20 — 30. Очень вкусно! Заменяет хлеб и все на свете.

Количество зависит от числа людей. Для двоих-троих — 2,5 — 3 стакана риса. Овощей сколько хотите, лишнего не бывает. Если обжарите морковку, рис будет золотистым. И не экономьте на растительном масле. Лучше — оливковое.



ДОВЕРЯЙ, НО ПРОВЕРЯЙ

ОВОЩИ, КОТОРЫЕ ТАЮТ

температуре 180 — 200° С. У меня на все про все уходит 1 час. Если нет грибов, беру все, что найду в холодильнике, — колбасу, сосиски, вареное мясо, пробовал делать с рыбой, но к ней лучше майонез, а не томатный соус. В общем, простор для фантазии, особенно мужской, как известно, способной на рискованные взлеты.

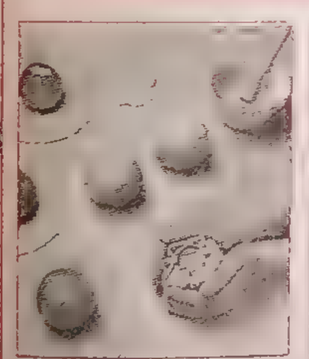
Фомкин Ю.Н.,
г. Суворов, Тульская область

МАКАРОНЫ С «ЗАРЯДЛОМ»

200 г макарон, 250 г мясного фарша, 1 головка репчатого лука, 50 г сливочного масла, соль и перец по вкусу, кондитерский шприц.

Макароны надо брать толстые и короткие, чтобы легче было их фаршировать. Отварить в большом количестве воды до полуготовности и промыть под струей холодной воды, чтобы не слиплись. В мясной фарш добавить протертую через терку луковицу, соль и перец. Влить полстакана воды или молока и перемешать. «Зарядить» фаршем кондитерский шприц и нафаршировать макароны. Уложить их на смазанную сливочным маслом разогретую сковороду и обжарить. Затем сделать слабый огонь и оставить под крышкой минут на семь, чтобы макароны «дошли».

Нуризданов Р.С.,
Стерлитамак



4. Заверните яблоки в тесто. Закройте отверстия смоченными водой маленькими кружками.

5. Смажьте тесто яйцом. Для выхода пара проколите «крышечки» в двух-трех местах. Выпекайте при t 200° С 30—40 минут.

6. Испеченные яблоки посыпьте сахарной пудрой. Подавайте горячими.

ДОВЕРЯЙ, НО ПРОВЕРЯЙ

ОВОЩИ, КОТОРЫЕ ТАЮТ

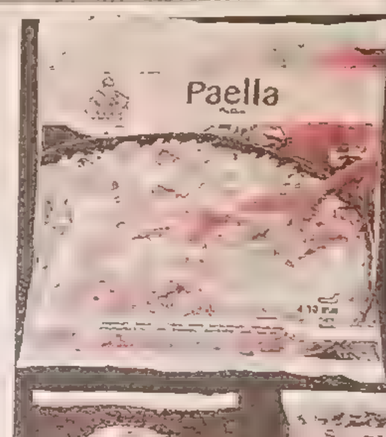
Любая, даже самая рачительная, хозяйка пользуется иногда полуфабрикатами, в том числе и быстрозамороженными овощами. Дороговато, конечно, но зато без хлопот: разрезал пакетик, высыпал на сковородку, подсолил, и через несколько минут готово блюдо.

При покупке таких овощей надо удостовериться, не было ли промежуточной разморозки. Овощи могли подвергнуться ей перед тем, как попасть на прилавок. Тогда уже в готовом состоянии они слипаются и приобретают вид этакой клейкой массы.

Надо встряхнуть или слегка помять пакет, овощи должны легко отделяться друг от друга. Если пакет прозрачный, то посмотрите, нет ли в нем кристалликов льда, похожих на снег. Это тоже свидетельство того, что овощи, будь это цветная или брюссельская капуста, морковка, смесь для борща или супа, хранились с нарушением температурного режима, а попросту — оттаивали.

Пакетик замороженной зелени — укропа, петрушки, если хотя бы раз, даже слегка, оттаивал, будет представлять собой не рассыпчатую, воздушную смесь, а один снежный комок или несколько комочков.

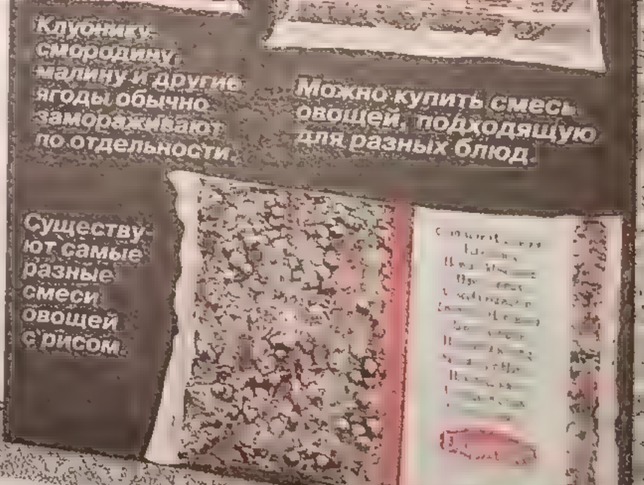
С покупкой мороженого картофеля есть еще одна проблема. Дело в том, что некоторые фирмы-производители его не только чистят, моют, нарезают, но еще и проводят предварительную термическую обработку, чаще всего паром. Такой картофель отличается внешне, он темнее, а жариться будет быстрее тех пяти минут, что указаны в рецепте на упаковке. Передержите на сковородке — получите одни угли...



В продаже имеются замороженные готовые блюда, в состав которых входят овощи.

Клубнику, смородину, малину и другие ягоды обычно замораживают по отдельности.

Можно купить смесь овощей, подходящую для разных блюд.



Существуют самые разные смеси овощей с рисом.

В общем, мужик как мужик, не ах. Но разве кто-то на свете может объяснить, почему, по какой именно причине один человек в глазах другого внезапно преображается и начинает отличаться от всех остальных — примерно так же, как солнце от настольной лампы? Тайна сия, как говорится, велика есть...

Поняв, что влюбилась, Маша сперва начала сердиться — и сама на себя, и на Михалыча, хотя ни она, ни тем более он ни в чем виноваты не были. Что за безобразие, думала Маша, еще не хватало — влюбиться, да к тому же в своего начальника! Она решила каленым железом выжечь из сердца эту самую любовь, как это ей удавалось в жизни уже не однажды, но в один прекрасный день с удивлением и даже страхом поняла: на этот раз не получается! Тут она растерялась...

В отделе знали, что Сергей Михайлович — убежденный холостяк. Как Маше рассказала Ольга Борисовна, первая сплетница института, женился он дважды. С первой женой прожил год, со второй — полтора. Первая бросила его, от второй ушел сам.

Если бы я была с ним рядом, думала Маша, все было бы иначе. Но как поступить? Что сделать, чтобы отношения завязались?

Женская интуиция подсказывала Маше, что и возлюбленный к ней, по крайней мере, не совсем равнодушен, но девушка была уверена: первого шага сам он никогда не сделает. Почему-то именно после некрасивой сцены в универмаге мысли Маши лихорадочно завертелись, и вдруг... Когда она входила в здание НИИ, решение уже созрело: скажу ему все, а там — будь что будет!

НЕСКОЛЬКО ЗАЯВЛЕНИЙ

В дверь постучали.

— Можно, Сергей Михайлович? — спросила Маша, осторожно заглянув в кабинет.

— Заходите, Лаврова, — Маше показалось, что Михалыч чуть нахмурился, — присаживайтесь... У вас какой-то вопрос?

— Не то чтобы вопрос, — Маша присела на край стула, посмотрела в окно, потом перевела взгляд себе под ноги, — скорее заявление. Вот, — она протянула начальнику лист бумаги.

Сергей взял бумагу, глянул на нее... Его брови поползли вверх.

— То есть как это? — Маше показалось, что его голос дрогнул. — Вы хотите уволиться?

— Да, Сергей Михайлович... По собственному желанию.

— Но что случилось? По-моему, никаких проблем на работе у вас не возникало, все было в порядке...

— Проблема как раз возникла, и очень большая, — ответила Маша (сейчас я, кажется, разревусь, подумала девушка), — проблема такая, что... В общем, я вас люблю, Сергей Михайлович...

Сергей положил бумагу на стол. Снял очки. В кабинете воцарилось молчание.

— Да я насчет план-графика по шестому проекту, — глазки Ольги Борисовны, как две серые мышки по столу, бегали по лицам Сергея и Маши, — но, кажется, не вовремя...

— Почему не вовремя? Обсудим план-график... Давайте минут через пять. А пока хочу заранее пригласить вас на свадебную церемонию по случаю, как говорится, — он махнул рукой, — в общем, мы с Марией Петровной завтра подаем заявление... Мы так женский праздник отметим. Когда назначат день, я вам сразу сообщу. И всему отделу передайте... Впрочем, я коллективу сам скажу.

— Ой, — физиономия Ольги Борисовны расплылась в довольной улыбке, — поздравляю вас, поздравляю! Счастья вам, деток... В общем, все как полагается!

Когда за первой сплетницей института закрылась дверь, Маша удивленно посмотрела на Сергея:

— Вы...

— Ты, — поправил мужчина.

— Хорошо, ты. Скажи, ты просто пошутил насчет заявления?

— Почему пошутил? — удивился, в свою очередь, Сергей, — ты знаешь, со мной что-то такое происходит... Как бы это сказать... У меня острое ощущение счастья, понимаешь? Когда она вошла и увидела нас, я решил сказать про свадьбу, чтобы сплетни по институту не шли.

Если мы любовники — дело одно, если муж и жена — дело другое. И тут же мне эта мысль так понравилась, что я решил: подадим заявление!

Если ты, конечно, согласна, — вдруг смутился Сергей.

— Ну, это все так неожиданно, — промямлила Маша (ее сердце от счастья, казалось, выпорхнет из груди), — надо же подумать... Прикинуть, что к чему...

— Это ты больше для приличия или тебе на самом деле подумать надо?

— Честно?

подадим заявление.

...вление. Вот, — она протянула взгляд себе под ноги, — скорее начальнику лист бумаги.

Сергей взял бумагу, глянул на нее... Его брови поползли вверх.

— То есть как это? — Маше показалось, что его голос дрогнул. — Вы хотите уволиться?

— Да, Сергей Михайлович... По собственному желанию.

— Но что случилось? По-моему, никаких проблем на работе у вас не возникало, все было в порядке...

— Проблема как раз возникла, и очень большая, — ответила Маша (сейчас я, кажется, разревусь, подумала девушка), — проблема такая, что... В общем, я вас люблю, Сергей Михайлович...

Сергей положил бумагу на стол. Снял очки. В кабинете воцарилась полная тишина.

Сейчас он скажет, что ничем не может помочь, подумала Маша. Что мне в таком случае действительно лучше уволиться. Тогда я встану и уйду, ничего больше мне не останется. И это будет все. Маша по-прежнему смотрела в пол и не находила в себе сил поглядеть Сергею в глаза.

— Ну, проблема это как раз небольшая, — облегченно вздохнул Сергей. — Я хотел вам сказать...

— Что? — девушка наконец посмотрела на шефа и увидела на его лице улыбку.

— Что я тоже люблю вас, Маша, — произнес Сергей, — так что проблемы, я бы даже сказал, и вовсе не существует.

Он встал, вышел из-за стола, подошел к Маше. Она поднялась ему навстречу... Их поцелуй был крепким и вместе с тем удивительно нежным. У Маши закружилась голова.

Скрипнула дверь...

— У вас не совещание, Сергей Михайлович? Ой! — не удержалась Ольга Борисовна, которая, заглянув в кабинет, вместо сосредоточенных на рабочих вопросах коллег увидела любовную сцену.

— Ольга Борисовна, что вы хотели? — спросил Сергей, продолжая держать Машу в объятиях (не отскакивать же друг от друга, словно застигнутым учительницей детям, подумал он).

Если ты, конечно, согласна, — вдруг смутился Сергей.

— Ну, это все так неожиданно, — промямлила Маша (ее сердце от счастья, казалось, выпорхнет из груди), — надо же подумать... Прикинуть, что к чему...

— Это ты больше для приличия или тебе на самом деле подумать надо?

— Честно?

— Честно.

— Больше для приличия,— рассмеялась Маша, — но подожди... А как же будет с твоей наукой? Я ей не наврежу?

— Никуда она не денется, — сказал Сергей, — у меня с ней уже такие отношения, что мы друг без друга — никуда. Но мне сейчас еще одну науку постигать придется, вот в чем дело...

— Это какую? — обескураженно спросила Маша.

— Главную, Машенька... Науку любви.

Пробившись сквозь тучи, на его счастливое лицо упал луч солнца... Уже весеннего — теплого и ласкового.

Сегодняшние отрывки из книги Андрея Макаревича «Встречи на кухне» выбраны нами не случайно. В канун замечательного праздника наших милых женщин 8 Марта свое кулинарное мастерство демонстрируют мужчины — телеведущий Юрий НИКОЛАЕВ и актер Олег АНОФРИЕВ.

Уха и запеченный карп от Олега Анофриева

ИСХОДНЫЕ ПРОДУКТЫ ДЛЯ УХИ:
карп (голова, хвост, плавники), картофель, лук, лавровый лист, зелень, чеснок, перец, водка.

ИСХОДНЫЕ ПРОДУКТЫ ДЛЯ ЗАПЕЧЕННОГО КАРПА:
карп (тушка), соль, перец, мука, ольховые ветки.

Ну, способ приготовления ухи по Анофриеву от моего принципиально не отличается. В кипящую воду бросаем нерезаную картошку (я бы бросил резаную). Туда же — лук в одежке, лавровых листиков. Зелень (я бы бросил зелень в конце), полголовки мелко порезанного чеснока (я бы и чеснок бросил в конце). От карпа отделяется голова, хвост и плавники. Все это опускается в уху, когда картошка уже сварилась. После чего туда докладывается забытый Анофриевым перец (я бы положил перец вначале) и перед снятием с огня вливается 30—40 г водки (вот это очень правильный штрих). При раздаче по тарелкам уха посыпается свежей зеленью (мудро!).

Тем временем на столе осталась тушка карпа — почищенная, обезглавленная и лишенная плавников. Дальше все было как бы просто и обыкновенно. Карпа натерли солью, поперчили, обваляли в муке, после чего — внимание! — обложили молодыми ольховыми ветками, завернули в фольгу и положили в духовку. Олег Анофриев сильно сокрушался по поводу отсутствия на моей кухне костра, в золе которого карп получается не в пример лучше. Но и без костра ольховые ветки сделали свое дело, и когда мы развернули фольгу, по кухне поплыл совершенно неземной аромат. Простенько и со вкусом!

НА КУХНЕ СО ЗВЕЗДОЙ

Печенка с луком от Юрия Николаева

Честно говоря, Юра Николаев, кажется, что [illegible] хороший человек. Нет, я [illegible] в меня [illegible] человека, который любит [illegible], [illegible] более что-то готовит. Я всегда завидовал его конституции. Тем не менее [illegible] передает — [illegible] весьма уверенно, и предложил свой [illegible] приготовления печенки.

ИСХОДНЫЕ ПРОДУКТЫ:
печень, молоко, мука, лук, соль, перец, сахар, рафинированное растительное масло, сливочное масло, картофель.

Юра нарезал печенку не очень тонкими ломтиками толщиной примерно по 2 см. Затем проделал в каждом кусочке отверстие. Чтобы не отбивать, сказал он. Меня это несколько удивило, потому что, будучи нежным продуктом, печенка, если она, конечно, не заморожена со времен ледникового периода, ни в какой отбивке не нуждается. Я, впрочем, с Юрой согласился, потому что хуже она от этого не станет. Дальше он сделал вещь для меня совершенно неожиданную: ломтики печенки положил в молоко. Ненадолго, на 5 минут. Это было уже что-то принципиально новое. А дальше все шло как у меня. Он насыпал в тарелку муку, добавил туда соли и перца, перемешал, разогрел на сковороде растительное масло, обвалял печенку в муке и положил на сковородку. Жарится печенка моментально. При максимально включенной горелке приблизительно 2—3 минуты на одной стороне. После того как печенка была перевернута на другую сторону, Юра добавил лук. Это тоже несколько отличалось от того, что предпочитаю делать я, потому что лук все-таки лучше спокойно поджарить на отдельной сковородке, добавив к нему немного сахара, если кто любит, и немножко муки.

Когда лук жарится вместе с мясным продуктом, очень трудно приготовить их одновременно. Можно либо недожарить мясо, либо пережарить лук. Николаеву, впрочем, повезло. Лук поджарился как раз к тому времени, когда печенка была готова, а готова она тогда, когда снаружи покрыта румяной хрустящей корочкой, а внутри сохраняет девственную свежесть и необыкновенно вкусный розовый печеночный сок. Однако это не означает что-

когда картошка уже сварилась. После чего туда докладывается забытый Анофриевым перец (я бы положил перец вначале) и перед снятием с огня вливается 30—40 г водки (вот это очень правильный штрих). При раздаче по тарелкам уха посыпается свежей зеленью (мудро!).

Тем временем на столе осталась тушка карпа — почищенная, обезглавленная и лишенная плавников. Дальше все было как бы просто и обыкновенно. Карпа натерли солью, поперчили, обваляли в муке, после чего — внимание! — обложили молодыми ольховыми ветками, завернули в фольгу и положили в духовку. Олег Анофриев сильно сокрушался по поводу отсутствия на моей кухне костра, в золе которого карп получается не в пример лучше. Но и без костра ольховые ветки сделали свое дело, и когда мы развернули фольгу, по кухне поплыл совершенно неземной аромат. Простенько и со вкусом!

СКОРОМНЫЕ

НЕАПОЛИТАНСКИЙ ЯИЧНЫЙ СУП

Хлебный мякиш перемешиваем с тертым сыром, добавляем яйца и взбиваем. Понемногу разводим смесь теплым бульоном, все время перемешивая, чтобы получалась однородная масса. Подогреваем суп на медленном огне, помешивая, до тех пор, пока он не загустеет. Разливаем по тарелкам и сразу же подаем на стол.

3 сырых яйца,
50 г хлебного мякиша,
50 г тертого сыра,
1 л бульона.

СИЦИЛИЙСКАЯ МОНТАНЕЗА

Ломтики хлеба подрумяниваем в духовке. Колбасу режем кружочками. Укладываем на дно 3 порционных горшочков по 2 ломтика хлеба, на него — кружочки колбасы. Заливаем все горячим бульоном, выпускаем в каждый горшочек по одному сырому яйцу, посыпаем поверхность супа тертым сыром и ставим горшочки с супом на 10 минут в хорошо разогретую духовку.

Подаем суп в горшочках.

6 ломтиков белого хлеба,
200 г острой колбасы,
1 л крепкого мясного бульона (можно из кубиков),
3 сырых яйца,
3 ст. ложки тертого сыра.

БАВАРСКИЙ СУП С ЧЕСНОЧНЫМИ ГРЕНКАМИ

Хлеб режем ломтиками и подсушиваем в духовке. Сухарики хлеба натираем разрезанными на половинки зубчиками чеснока. Укладываем чесночные гренки в жаропрочную супницу и понемногу заливаем бульоном, всякий раз добавляя жидкость только после того, как хлеб полностью ее впитает. Посыпаем суп петрушкой и ставим на 10—15 минут в разогретую до 220° С духовку.

300 г белого хлеба,
2 зубчика чеснока,
2 л куриного бульона,
1 ст. ложка сушеной зелени петрушки.

гласился, потому что хуже она от этого не станет. Дальше он сделал вещь для меня совершенно неожиданную: ломтики печенки положил в молоко. Ненадолго, на 5 минут. Это было уже что-то принципиально новое. А дальше все шло как у меня. Он насыпал в тарелку муку, добавил туда соли и перца, перемешал, разогрел на сковороде растительное масло, обвалял печенку в муке и положил на сковородку. Жарится печенка моментально. При максимально включенной горелке приблизительно 2—3 минуты на одной стороне. После того как печенка была перевернута на другую сторону, Юра добавил лук. Это тоже несколько отличалось от того, что предпочитаю делать я, потому что лук все-таки лучше спокойно поджарить на отдельной сковородке, добавив к нему немного сахара, если кто любит, и немножко муки.

Когда лук жарится вместе с мясным продуктом, очень трудно приготовить их одновременно. Можно либо недожарить мясо, либо пережарить лук. Николаеву, впрочем, повезло. Лук поджарился как раз к тому времени, когда печенка была готова, а готова она тогда, когда снаружи покрыта румяной хрустящей корочкой, а внутри сохраняет девственную свежесть и необыкновенно вкусный розовый печеночный сок. Однако это не означает, что она совсем сырая. Такое промежуточное состояние между сырой и пережаренной печенкой надо зафиксировать и запомнить навсегда, ибо ни до, ни после этого печенка в тарелке за столом ничего из себя хорошего не представляет. В качестве гарнира Юра Николаев предложил вареную картошку, сдобренную сливочным маслом. Хотя, на мой взгляд, жареная печенка с луком достаточно хороша и без гарнира. Но, очевидно, есть еще какие-то традиции, и я не буду навязывать вам свой вкус.

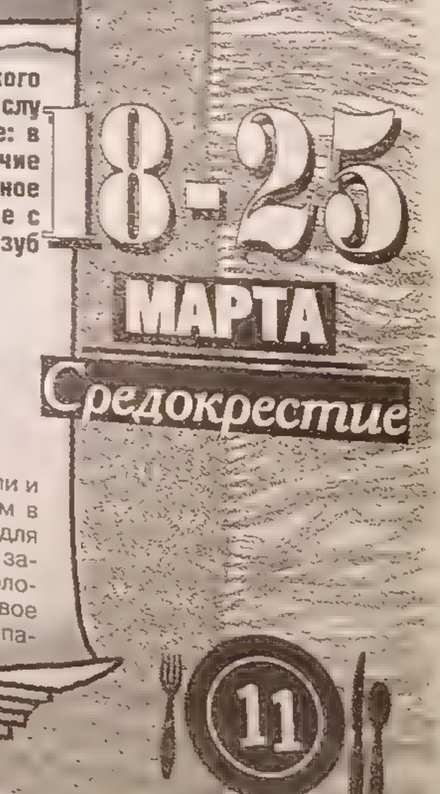
МАРТОВСКИЕ ТРАДИЦИИ

На четвертой, серединной, неделе Великого поста пекут печенье в виде крестиков по числу членов семьи. Но печенье готовят не простое: в каждом крестике — «жребий». Благополучие ждет того, кому достанется запеченное овсяное зернышко, дорога — кому попадется печенье с кристалликом соли, приключение — кому на зуб попадет горошинка перца, и т.д.

ПЕЧЕНЬЕ «КРЕСТИКИ»

0,5 кг муки, 6 ст. ложек сахара,
6—8 ст. ложек растительного масла,
8 ст. ложек воды, 0,5 ч. ложки соли,
3 ст. ложки меда, орехи.

Замешиваем тесто из муки, масла, сахара, соли и воды. Оставляем на полчаса, затем раскатываем в пласт толщиной 1 см. Вырезаем круглым ножом для теста печенье в виде крестиков, прячем в каждую заготовку свой «жребий» и выпекаем печенье до золотистого цвета в умеренно нагретой духовке. Готовое печенье смазываем растопленным медом и посыпаем крупномолотыми орехами.



ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

КУНДЮМЫ для поста

Близится Великий пост — самый главный в году. Посоветуйте какой-нибудь старорусский рецепт для поста, желательно из недорогих продуктов.

Варвара С., Костромская обл.

Рекомендуем вам рецепт кундюмов — старинного русского блюда XVI века. Его приводит в своей книге «Кухни славянских народов» известный знаток кулинарии В.В. Похлебкин, с творчеством которого уже хорошо знакомы наши постоянные читатели.

Кундюмы, или кундюбки, — это своего рода пельмени с грибами. Но отличаются они от пельменей не только начинкой. Так, тесто для кундюмов замешивается на растительном масле и горячей воде и представляет собой, таким образом, сочетание заварного и вытяжного теста. Кроме того, и готовят кундюмы не так, как пельмени, — их вначале пекут, а затем томят в духовке.

Тесто

2 стакана муки,
3/4 стакана кипятка,
4 ст. ложки подсолнечного масла.

Залить в подсолнечное масло крутой кипяток, всыпать в эту смесь муку и быстро замесить тесто, хорошенько размяв его руками. Затем раскатать в очень тонкий пласт (почти до прозрачности), не подсыпая при этом муки, — это тесто не прилипает к доске. Раскатанное тесто нарезать квадратиками 5х5 см.

Начинка

20 сухих белых грибов,
1 средняя луковица,
1 стакан крутой гречневой каши (или отварного риса),
4 ст. ложки подсолнечного масла,
1 яйцо.

Грибы отварить в 0,5 л воды, добавив туда 4—5 горошин черного перца, 3—4 зубчика чеснока и 1 ст. ложку зелени петрушки. Отвар слить в отдельную посуду. Измельченные грибы обжарить в масле с мелко нарезанным луком и перемешать с кашей и рубленым крутым яйцом. Хорошенько размять в однородную массу.

Приготовление кундюмов

На каждый квадратик теста положить немного начинки и сформовать пельмени (из приведенного выше количества теста и начинки их должно получиться 100 штук).

Теперь надо уложить кундюмы на лист, противень или широкую сковороду, смазанную маслом, и выпекать в духовке на умеренном огне примерно 15—20 минут. Затем переложить испеченные пельмени в горшочек, залить горячим грибным отваром, посолить, добавить пряности и поставить на 15 минут в духовку. После чего добавить сметану и разложить по тарелкам.

НЕ СПЕШИ В АПТЕКУ

Лечимся остреньким

В августовском номере вашей газеты (на стр. 12) помещена таблица, которая хорошо показывает, какие специи сочетаются с разными блюдами. Я слышала, что специи обладают еще и лечебными свойствами. Расскажите, пожалуйста, об этом.

К.Р. Черменская, Ростовская обл.

Отвечает **врач-натуропат Тамара РЕШИТИЛОВА:**

— О лечебном эффекте многих специй и пряностей человечеству было известно с древнейших времен. Эти сведения передавались из поколения в поколение, и сегодняшние ученые подтверждают: при определенных заболеваниях употребление в пищу некоторых видов специй приносит пользу.

- **Хорошими антисептическими (противовоспалительными) свойствами обладают:** красный и черный перец, гвоздика, кориандр, петрушка;
- **утоляют боль:** фенхель, имбирь, гвоздика, мускатный орех;
- **смягчают кашель:** фенхель, кардамон, имбирь, укроп, чили;
- **успокаивают:** корица, укроп, фенхель;
- **выводят токсины из организма и очищают кровь:** имбирь, фенхель;
- **повышают жизненный тонус:** имбирь, кардамон, кориандр, черная горчица, шафран;
- **улучшают аппетит и пищеварение:** имбирь, красный перец, сельдерей, укроп, чили, шафран;
- **улучшают память:** черный перец, имбирь;
- **понижают артериальное давление:** фенхель, черная горчица;
- **повышают давление:** имбирь;
- **помогают при заболеваниях костной системы (полиартрит, остеохондроз):** черный и красный перец, имбирь, черная горчица.

Узелок на память

Разумеется, для лечебных целей нет смысла поглощать эти специи ложками — достаточно добавлять их в различные блюда для улучшения вкуса в обычных дозах. А если врачи рекомендуют вам ограничить потребление острой пищи, то от специй как лекарства лучше отказаться совсем.

Второе

жить испеченные пельмени в горшочек, залить горячим грибным отваром, посолить, добавить пряности и поставить на 15 минут в духовку. После чего добавить сметану и разложить по тарелкам.

пищеварение: имбирь, красный перец, сельдерей, укроп, чили, шафран; улучшают память: чер-

ограничить потребление ос рой пищи, то от специй как п карства лучше отказать совсем.

Внимание!

Издательство «Центрполиграф» высылает наложенным платежом книги В.В. Похлебкина «Тайны хорошей кухни», «Популярная кулинария», «История водки», «Специи и приправы», «Все о пряностях». Заказы принимаются по адресу: *Москва, а/я 18, «Центрполиграф»*. На обратной стороне открытки необходимо указать название книги и требуемое количество экземпляров. Оплата при получении на почте.

Второе

КОЗЫРНАЯ КАРТА ПРИЛИПНИКОВ МАРТА

Тот, кто родился в марте, предпочитает основательные, сытные блюда. И правильно — во всех отношениях лучше один раз хорошо пообедать, чем десять раз перекусывать всухомятку.

ПОСТНЫЕ

КЛЕЦКИ С ГРИБАМИ

6 картофелин,
1 ст. ложка муки,
2 ст. ложки растительного масла,
соль,
перец.

Начинка:
20 г сушеных грибов,
1 луковица,
1 ст. ложка растительного масла,
соль,
перец.

Натираем сырой картофель на мелкой терке, отжимаем сок, даем ему отстояться, после чего жидкость сливаем, а оставшийся крахмал хорошенько перемешиваем с тертым картофелем. Солим, перчим.

Из картофельной массы на ладони формуем небольшую лепешку, кладем в середину грибную начинку, сжимаем пальцы так, чтобы края лепешки поднялись. Скатываем шарик, обваливаем его в муке и обжариваем в раскаленном масле до золотистой корочки. Складываем обжаренные клецки в жаровню, заливаем горячим грибным отваром и тушим на небольшом огне в хорошо разогретой духовке 40 минут.

Приготовление начинки: сушеные грибы предварительно замачиваем в холодной воде в течение 1—2 часов. Затем отвариваем их в той же воде. Отвар процеживаем, а грибы промываем и нарезаем мелкими кубиками.

Теперь перемешиваем рубленые грибы с обжаренным мелко нарезанным луком, все вместе слегка обжариваем и приправляем по вкусу солью и перцем.

В. Дворжик, Брянск

50 руб

МАРТОВСКИЕ ТРАДИЦИИ

21 МАРТА

Международный день Земли

«Матушка-земля, кормилица наша» — так говорили раньше, с этим не можем не согласиться и мы. А чтобы наша земля была еще и красавицей, надо позаботиться о цветочной рассаде для палисадника или балкона.

ЧТОБЫ ЛЕТОМ БЫЛИ ЦВЕТЫ

Покупаем только свежие семена, внимательно проверив на пакетике срок годности.

Если используем садовую землю в качестве субстрата, то обязательно пропариваем ее — смачиваем водой, закрываем крышкой и ставим на слабый огонь. Рассаде в такой земле не будут угрожать ни болезни, ни всевозможные личинки, которые любят лакомиться молодыми корешками растений.

Каждый горшочек или ящичек не забываем снабдить наклейкой о том, семена каких цветов мы сюда посеяли и когда.

Крупные семена покрываем слоем земли, вдвое превышающим их толщину. Мелкие лишь слегка припорашиваем землей.

До появления всходов прикрываем горшочки стеклом или полиэтиленовой пленкой и не поливаем.

ХОЛЕСТЕРИН «ХОРОШИЙ» И «ПЛОХОЙ»

О вреде холестерина известно всем. Но ведь он присутствует во многих продуктах. Выходит, их есть нельзя. Так ли это? Что думают по этому поводу специалисты по питанию?

С. А. Перхушкова, Ставропольский край

Отвечает **кандидат медицинских наук врач-диетолог Георгий КАНДАУРОВ:**

О вреде и пользе

– Вообще-то сам по себе холестерин безвреден, и, более того, он просто необходим нашему организму, поскольку является важным компонентом всех клеток и тканей, активно участвует в обмене веществ. Почему же тогда так сильны в обществе «антихолестериновые настроения»?

Все дело в том, что холестерин наш организм получает двумя путями. Во-первых, его синтезирует из белков, жиров и углеводов наша печень, а во-вторых, мы получаем его из животной пищи, богатой собственным холестерином. Причем большую часть (до 80%) необходимого для нормальной жизнедеятельности холестерина вырабатывает сам организм. Если же рацион человека перегружен животной пищей, это приводит к избытку холестерина в организме, он оседает на стенках артерий и сосудов. Отсюда — сердечно-сосудистые и прочие заболевания.

Неравноценный обмен

Таким образом, бороться нужно не с холестерином вообще, а с его избытком, с нарушением обмена холестерина в организме.

Механизм же этого нарушения упрощенно выглядит так. Сегодня ученые пришли к выводу: холестерин бывает высокой плотности (назовем его «хороший») и низкой плотности — «плохой». Доказано, что как раз последний («плохой») и вызывает атеросклероз (образование бляшек на стенках сосудов), а холестерин высокой плотности («хороший»), наоборот, препятствует развитию этой болезни, удаляет избыточный холестерин из органов и тканей, переправляя его в печень. Здесь он перерабатывается в желчные кислоты и выводится из организма.

Однако, если общее количество холестерина в крови возрастает (из-за злоупотребления, например, жирной пищей) то «хороший» холестерин просто не успевает удалить избыток «плохого», который начинает накапливаться в стенках кровеносных сосудов. Там он окисляется, образуя те самые опасные атеросклеротические бляшки.

Итак, главная причина нарушения обмена холестерина в организме — избыток жирной животной пищи и легкоусвояемых углеводов (сладостей) в рационе питания. Этому также способствуют стрессы, курение и малоподвижный образ жизни.

По замкнутому кругу

Многие люди с избыточным содержанием холестерина в крови выход видят в полном отказе от животной пищи. Диетологи считают, что это неправильно. Как показывает практика, если человека посадить на безжировую диету, он начинает потреблять больше картошки, каш и сахара, т.е. пищу, богатую углеводами. В этих условиях печень, совсем не получая жиров извне, сама начинает активно их вырабатывать, что опять же приводит к повышению уровня холестерина. Получается замкнутый круг.

Как же его разорвать? Выход один — ограничить потребление жирной животной пищи и еды с повышенным содержанием холестерина и почаще включать в рацион продукты, способствующие усвоению жиров в организме и выводящие из него излишки холестерина.

Продукты с повышенным содержанием холестерина:

Осетровая икра,
говяжьи мозги,
свинина,
почки,
печень,
жирные сорта рыбы,
твердый сыр,
яичный желток
(белок холестерина не содержит).

Продукты, способствующие расщеплению жиров и выведению из организма излишков холестерина:

Пшеничные отруби,
орехи,
семечки,
растительное масло,
морская капуста,
фрукты и овощи,
особенно морковь.

Узелок на память

Людям, страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями, а также пожилым потребление пищи, богатой холестерином, надо максимально ограничить. Для здоровых же людей норма жира в день составляет 100 г, причем 70% из них должны быть жиры животные и 30% — растительные.

Дельный совет

Для снижения уровня холестерина в крови американские диетологи советуют после жирной пищи съедать грейпфрут (без сахара!).

растительное масло,
морская капуста,
фрукты и овощи,
особенно морковь.

лестерин высокой плотности («хороший»), наоборот, препятствует развитию этой болезни, удаляет избыточный холестерин из органов и тканей, переправляя его в печень. Здесь он перерабатывается в желчные кислоты и выводится из организма.

Однако, если общее количество холестерина в крови возрастает (из-за злоупотребления, напри-

холестерином, надо ограничить. Для здоровых же людей норма жира в день составляет 100 г, причем 70% из них должны быть жиры животные и 30% — растительные.

Дельный совет

Для снижения уровня холестерина в крови американские диетологи советуют после жирной пищи съедать грейпфрут (без сахара!).

СКОРОМНЫЕ

ЛАПША С ПОЧКАМИ

Почки разрезаем, удаляем прожилки, вымачиваем и дважды провариваем, каждый раз меняя воду после закипания. Лук мелко режем и обжариваем на сливочном масле. Почки режем мелкими кусочками, добавляем в обжаренный лук и прогреваем все вместе 5 минут. Посыпаем мукой, выкладываем туда же консервированную кукурузу и вливаем горячий бульон. Тушим смесь до готовности мяса. Лапшу отвариваем, откидываем в дуршлаг, выкладываем на блюдо и заправляем кетчупом и рубленой зеленью.

О. Голубкина, Тула

50 руб

2 телячьи почки,
1 луковица,
3 ст. ложки сливочного масла,
1 баночка консервированной кукурузы,
1 ст. бульона,
1 ч. ложка муки,
соль,
перец,
400 г лапши.

СВИНИНА С ОВОЩАМИ

Мясо режем мелкими кубиками, солим, перчим, обсыпаем мукой и жарим в разогретом смальце до румяной корочки. Замоченный заранее горох отвариваем до полуготовности. Лук и морковь мелко режем. В смазанную жиром кастрюлю укладываем смесь лука и моркови, солим, перчим, кладем измельченный лавровый листик. Поверх овощей распределяем обжаренные кусочки мяса, засыпаем их полусваренным горохом, укладываем слой оставшихся овощей. Солим, перчим, вливаем бульон, закрываем крышкой и тушим на медленном огне 30 минут. Томат-пюре пассеруем, перемешиваем со сметаной и заливаем полученной смесью мясо с овощами. Ставим кастрюлю на 10 минут в хорошо разогретую духовку.

А.Ю. Оноприенко, Сумы

50 руб

1 кг свинины,
2 ст. гороха,
1 ст. сметаны,
1 ст. ложка томата-пюре,
2 ст. ложки муки,
3 ст. ложки смальца,
4 луковицы,
4 моркови,
1/2 ст. бульона,
соль,
перец,
лавровый лист.

МАРТОВСКИЕ ТРАДИЦИИ

Уже можно услышать песню жаворонка и других весенних птиц, прилетевших из-за моря. К их встрече пекут из хлебного теста птичек. Особенно нравятся такие вкусные хлебцы ребятишкам.

ЖАВОРОНКИ

750 г муки, 160 г сахара, 80 г маргарина, 20 г дрожжей, 0,5 ч. ложки соли, 1 пакетик ванильного сахара, вода.

Дрожжи разводим в теплой воде, всыпаем просеянную муку (половину нормы), перемешиваем, тесто должно получиться, как густая сметана, накрываем крышкой и оставляем в теплом месте на 3—4 часа. Когда опара начнет оседать, добавляем остальную муку, соль, сахар и маргарин. После того как тесто поднимется обминаем и даем еще раз подойти. Отщипываем от теста кусочки и придаем им форму летящей птички с раскинутыми по обе стороны от туловища крыльями и повернутой набок головкой с клювом. Укладываем птичек на смазанный маслом противень, прикрываем полиэтиленом и даем расстояться около часа. Смазываем яичным желтком, вставляем изюминки вместо глаз и выпекаем 8—10 минут в нагретой до 240—250° С духовке.

22 МАРТА

Сороки. День весеннего равноденствия

К первому месяцу весны доктор астрологии Эмиль ТОДОРОВ подготовил очередной кулинарный гороскоп. Начинается он со знака Рыб, поскольку именно они будут восседать на зодиакальном троне до 20 марта.

РЫБЫ (20.02 – 20.03). У представителей этого знака прекрасно развита интуиция. Однако порой Рыбам свойственны перепады настроения и депрессии.

Питание: Как и другим представителям водной стихии, Рыбам необходимы морепродукты. В марте блюда из них нужно готовить почаще: начинается новый период вашей активности.

Здоровье: В третьей декаде марта есть риск получить вывих или перелом. Во избежание этого необходимо заранее укрепить костную систему, употребляя больше продуктов, богатых кальцием: творог, яйца.

Семья и любовь: Большинству Рыб непросто найти себе постоянного партнера: сказывается капризный характер этого знака. Но в период с 9 по 15 марта (полнолуние) Рыбам, скорее всего, повезет — вам встретится человек, который станет для вас одним из самых близких.

ГАРМОНИЧНЫЕ ОТНОШЕНИЯ С:
Тельцом,
Раком,
Козерогом,
Скорпионом,
Девой.

СЛОЖНОСТИ В ОТНОШЕНИЯХ С:
Рыбами,
Стрельцом.

ОВЕН (21.03 — 20.04). До 24 числа, пока Луна не вошла в ваш знак, Овнам рекомендуется особенно тщательно следить за своим рационом. Следует исключить все жирное, иначе можно легко заработать гастрит.

ТЕЛЕЦ (21.04 — 21.05). Тельцы на протяжении всего месяца могут не знать никаких ограничений в питании, ведь ваше здоровье сейчас под надежной защитой Луны (1 марта она входит в ваше созвездие). Единственная рекомендация — больше овощей (квашеная капуста, картофель, свекла), это улучшит пищеварение.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 — 21.06). Период новолуния (25—31 марта) чреват для Близнецов возможными проблемами с желудком. Во избежание неприятностей лучше в это время отказаться от острой пищи.

РАК (22.06 — 21.07). Первый месяц весны обещает стать для Раков периодом высокой активности: у вас появится масса дел, а на это нужны силы. Поэтому в питании рекомендуется сделать акцент на энергетические, мясные продукты: азу, шашлык, котлеты.

ЛЕВ (22.07 — 22.08). Льву, как правило, необходимы мясные кушанья. Но сейчас ситуация меняется: влияние Луны сделает март для Львов месяцем затишья и бездействия. Поскольку необходимость в большом количестве энергии временно отпадает, лучше переключиться пока на некалорийные продукты: нежирный творог, гречневую кашу, отварную рыбу.

ДЕВА (23.08 — 22.09). Вполне возможно, что Девы в марте будут жаловаться на плохой аппетит: это обусловлено ослаблением воздействия в этот месяц вашей покровительницы — Венеры. Дело можно поправить, если сдабривать пищу мелко рубленным укропом или кинзой, свежими или даже засушенными.

ВЕСЫ (23.09 — 22.10). Весеннюю нехватку витаминов Весы ощутят на себе острее других знаков Зодиака, сказывается пониженная активность Венеры, которая обычно благотворно влияет на Весы. Рекомендуется [illegible] на морсы из клюквы или черной смородины; на худой конец, [illegible] прибегнуть к помощи поливитаминов.

СКОРПИОН (23.10 — 22.11). Главной мартовской проблемой [illegible] станет избыточный вес, что обусловлено противо[illegible] влияния Луны и Марса (покровителя Скорпионов). Эту [illegible] можно легко решить, уделив особое внимание питанию: [illegible] ограничьте себя в мучном и сладком; во-вторых, поста[illegible] не позднее 8 часов вечера.

СТРЕЛЕЦ (23.11 — 21.12). Из-за большой силы Луны в [illegible] потребуется много энергии. Ее вы сможете [illegible] таких продуктов, как орехи, жаре-

Елена Яковлева, 5 марта.
Пускай трепещет все жулье — не будет ему счастья.
За справедливость бой ведет Каменская Настасья!

Михаил Жванецкий, 6 марта.
Когда совсем невмоготу,
когда тоска-печаль нас гложет,
не нужно к доктору бежать:
Михал Михалыч нам поможет!

Вахтанг Кикабидзе, 20 марта.
...А из грузин, снимавшихся в кино,
нам всем милей и ближе Мимино!

Хошь не хошь — жениться надо!
Понаехала родня:
Бабка с банкой маринада,
Дед, бутылками звеня,
Теща тащит полкоровы,
Шурин прет картох мешок,
А мои маманя с батей —
Кур и рыжиков горшок!

Припев:

Это коммунальная,
коммунальная солянка,
Это коммунальная,
коммунальная гульба,
Это коммунальная,
коммунальная смолянка,
Это коммунальная,
коммунальная судьба!

800 г говядины, 2 сосиски, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 2 соленых огурца, 10—12 маслин, лимон, 1 ст. ложка томата-пасты, лавровый лист, перец, соль по вкусу.

Сварить говядину с кореньями и черным перцем горошком. Мясо вынуть. Нашинкованный лук обжарить с томатом-пастой, добавить мелко порезанные соленые огурцы, маслины. Потушить и выложить в кастрюлю с бульоном. Мясо и сосиски (можно вареную колбасу) порезать мелкими кубиками и опустить в кипящий бульон. Варить 10—15 минут. Подавать со сметаной и зеленью.

Прислал Н.М. Котляренко, Смоленская обл.

(«[illegible]» группа «Дюна»)

ность Венеры, которая обычно благотворно влияет на Весы. Рекомендуется налечь на морсы из клюквы или черной смородины; на худой конец, можно прибегнуть к помощи поливитаминов.

СКОРПИОН (23.10 — 22.11): Главной мартовской проблемой для Скорпионов станет избыточный вес, что обусловлено противоречивостью влияния Луны и Марса (покровителя Скорпионов). Эту проблему можно легко решить, уделив особое внимание питанию: во-первых, ограничьте себя в мучном и сладком; во-вторых, постарайтесь ужинать не позднее 8 часов вечера.

СТРЕЛЕЦ (23.11 — 21.12): Из-за большой силы Луны в марте Стрельцам потребуется много энергии. Ее вы сможете почерпнуть прежде всего из таких продуктов, как орехи, жареный картофель, свинина.

КОЗЕРОГ (22.12 — 20.01): Основой рациона Козерогов в период полнолуния (9—15 марта) должны стать молочные продукты: творог, кефир, йогурт. Иначе у вас могут возникнуть трудности с пищеварением, что обусловлено высокой активностью Луны.

ВОДОЛЕЙ (21.01 — 19.02): Водолею в марте рекомендуется не злоупотреблять спиртными напитками, а в новолуние (25—31 марта) и вовсе от них отказаться. Дело в том, что активность покровительствующего вам Урана сейчас невелика, и поэтому ваша аура сейчас очень хрупкая — не стоит еще больше ослаблять ее алкоголем.

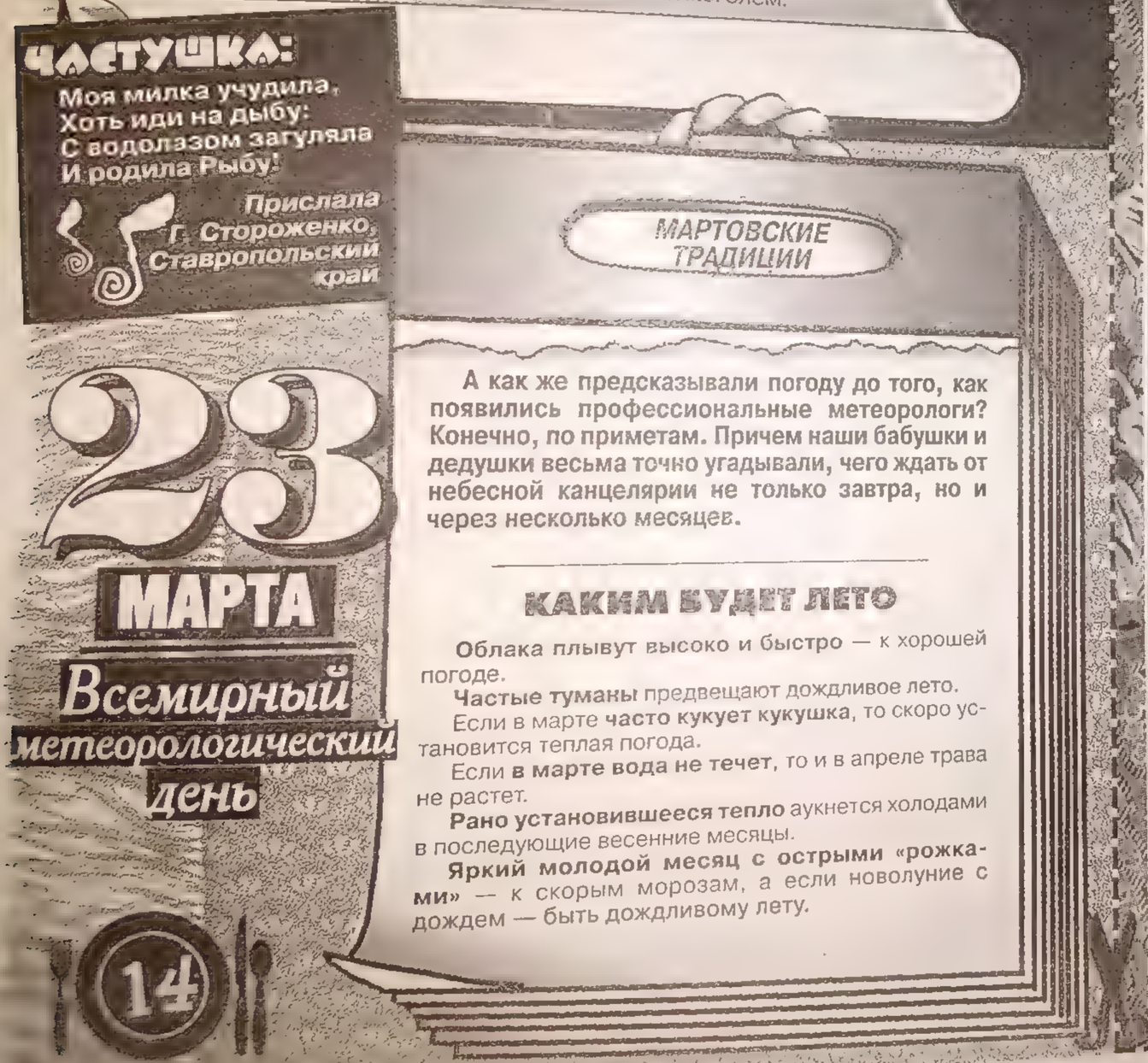
Вахтанг Кикабидзе, 20 марта.

...А из грузин, снимавшихся в кино, нам всем милей и ближе Минино!

ЧАСТУШКА:

Моя милка учудила,
Хоть иди на дыбу:
С водолазом загуляла
И родила Рыбу!

Прислала Г. Стороженко, Ставропольский край



А как же предсказывали погоду до того, как появились профессиональные метеорологи? Конечно, по приметам. Причем наши бабушки и дедушки весьма точно угадывали, чего ждать от небесной канцелярии не только завтра, но и через несколько месяцев.

КАКИМ БУДЕТ ЛЕТО

Облака плывут высоко и быстро — к хорошей погоде.

Частые туманы предвещают дождливое лето.

Если в марте **часто кукует кукушка**, то скоро установится теплая погода.

Если **в марте вода не течет**, то и в апреле трава не растет.

Рано установившееся тепло аукнется холодами в последующие весенние месяцы.

Яркий молодой месяц с острыми «рожками» — к скорым морозам, а если новолуние с дождем — быть дождливому лету.

выложить в кастрюлю с кипящим бульоном. Варить 10—15 минут. Подавать со сметаной и зеленью.

Прислал Н.М. Котляренко, Смоленская обл.

Десерт

СЛАДКОЕЖКИ-РЫБЫ ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ ПЕКЛИ БЫ

Для того чтобы приготовить что-нибудь сладенькое, Рыбам не надо ни много времени, ни много продуктов. Даже в будни они умеют порадовать своих близких вкусненьким.

ПОСТНЫЕ

ВЕРТУТА

1 ст. муки, щепотка соли, вода, растительное масло для смазывания теста.

Для начинки: 3 яблока, 100 г сахара, лимонная цедра, корица.

Из муки, соли и воды замешиваем крутое тесто. Оставляем его на 30 минут, затем раскатываем в тончайший пласт. Кладем тесто на салфетку и растягиваем его руками до толщины папиросной бумаги. Смазываем растительным маслом или растопленным маргарином. Равномерно распределяем начинку и осторожно, с помощью салфетки, скатываем тесто рулетом. Укладываем рулет на противень, предварительно протерев его маслом, смазываем рулет сладким чаем и выпекаем 20—25 минут в духовке, разогретой до 240°С.

Приготовление начинки: яблоки очищаем от кожицы и семян, режем ломтиками, засыпаем сахаром, добавляем чуточку воды и варим до размягчения, следя, чтобы они не переварились. В самом конце варки добавляем тертую цедру. Остужаем.

А.Н. Зулейкин, Псков

50 руб

АПЕЛЬСИНОВЫЙ ЧАЙ

Цедра 1 лимона и 1 апельсина, 50 г апельсинового сиропа, 2 ст. ложки сухого чая.

Вымытые лимонные и апельсиновые корочки кладем в кастрюлю, вливаем апельсиновый сироп, засыпаем чай, заливаем все 1 л крутого кипятка и даем настояться 5 минут. Процеживаем напиток и разливаем по чашкам.

Г. Козлик, Тверь

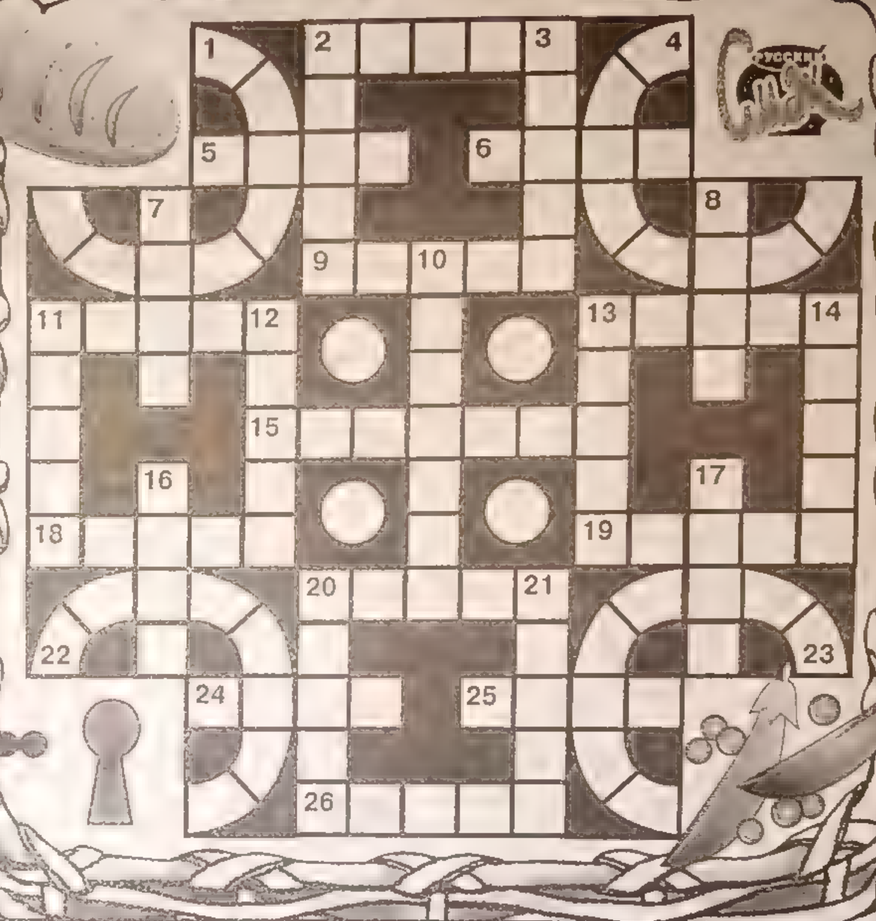
50 руб

СМАКВОРД

ВНИМАНИЕ: ЛОТЕРЕЯ!

По традиции все слова смакворда, кроме ОДНОГО – ключевого, — содержатся в этом номере газеты «Смак». Слова в тексте можно искать внутри других слов («ступа» внутри «приСТУПАем») или на стыке слов («кара» на стыке «пленКА РАзрушена»). Найдя ключевое слово, вы можете принять участие в лотерее, где разыгрываются ПЯТЬ ПОДПИСОК на «Р.С.» на II полугодие 2001 года. Напоминаем: среди читателей, правильно определивших смакворд ные слова в трех номерах газеты (январь, февраль, март), будет разыгран суперприз — КУХОННЫЙ КОМБАЙН.

Желаем успеха!



КЛЮЧЕВОЕ СЛОВО

присылайте до 25 марта по адресу: 125284 Москва, а/я 42, «Русский Смак»
или сообщите по пейджеру/тел.:
(095) 234-96-96, 913-35-15
для абонента 667-100.

ЛЕЖА:

2. Главная закуска во время застолья (написано наоборот). **5.** ... — благородное дело. **6.** Предел, который нужно знать всем (написано наоборот). **9.** Она бывает заработная и входная (написано наоборот). **11.** Четвертая буква алфавита + крик + восклицание сожаления = сказочный русский царь. **13.** Грамматический союз + собрание членов сельской общины = одна из книг Пятикнижия. **15.** Сахар или клетчатка как органическое соединение. **18.** В России — улица, в Англии — авеню или ... **19.** «..., знакомые все лица!» + оттенок = белый хлеб. **20.** Персонаж пьесы М.Горького «На дне». **24.** Равномерное чередование звуков. **25.** Трапеза, которую рекомендуется разделить с другом. **26.** День назад.

СТОЯ:

2. Уныние зеленого цвета. **3.** Мелодия несмазанных петель. **7.** Титул Льва Толстого (написано наоборот). **8.** Природный желтый пигмент (написано наоборот). **10.** Он приходит во время еды. **11.** «Как тоскует мой ... жи-вой» (из песни). **12.** Звук веток под ногами. **13.** Повседневная, обыденная жизнь (написано наоборот). **14.** Одногорбый верблюд + река и департамент во Франции = население страны (написано наоборот). **16.** Свежезамороженный дождь. **17.** Имя белого пуделя в повести А. Куприна (написано наоборот). **20.** Левая сторона бухгалтерского баланса. **21.** Золотая ... — волшебница из сказки А. Пушкина.

ПО ДУГАМ:

1. Флагман нашей водочной промышленности. **4.** Первая буква п.9 + нота + «два сапога — ...» + последняя буква п.12 = продукт деятельности фармацевта. **22.** Опыт, которого страшится всякий теоретик. **23.** Иранец по старинке + она беззвучно ходит за человеком = кольцо с драгоценным камнем.

ОТВЕТЫ НА СМАКВОРД № 2, 2001

ЛЕЖА: 1. Порука. 4. Сахара. 10. Воин. 11. Осло. 12. Палочка. 15. Место. 16. Мел. 17. Такси. 20. ЗАПРЕТ. 21. Способ. 25. Благо. 26. Зал. 27. Стужа. 31. Кулинар. 33. Ирод. 34. Ложе. 35. Струна. 36. Состав.

СТОЯ: 2. Сито. 3. Китай. 5. «Алекс». 6. Рост. 7. Звонок. 8. Хорошо. 9. Молния. 13. Февраль. 14. Радость. 18. Бар. 19. Мол. 22. Символ. 23. «Адидас». 24. Размер. 28. Рубин. 29. Какао. 30. Пост. 32. Пола.

ПОБЕДИТЕЛИ Смакворда за январь 2001 г.

В этом тираже лотереи разыграно 10 призов — пять подписок на I полугодие с.г. и, как мы и обещали, дополнительно 5 электрочайников, оставшихся от непроведенного тиража лотереи за декабрь 2000 года.

Итак, пять подписок на «Р.С.» получат:
Е.Г. Сметанникова (Саратовская обл.), Е. Теразиева (Махачкала), М.П. Турчанская (Свердловская обл.), А.Ф. Тертышная (Ставропольский край), К.В. Назарова (Вологодская обл.).

Обладателями электрочайников станут:
Н.Ю. Цындренко (Рязанская обл.), Д.М. Коротич (Курганская обл.), В.Р. Шебеко (Красноярский край), Э.М. Розенталь (Ленинградская обл.), Л.Е. Терчик (Хабаровский край).

1. Флагман нашей водочной промышленности. **4.** Первая буква п.9 + нота + «два сапога — ...» + последняя буква п.12 = продукт деятельности фармацевта. **22.** Опыт, которого страшится всякий теоретик. **23.** Иранец по старинке + она беззвучно ходит за человеком = кольцо с драгоценным камнем.

Итак, пять подписок на «Р.С.» получат:

Е.Т. Сметанникова (Саратовская обл.), І. Теразиева (Махачкала), М.П. Турчанская (Свердловская обл.), А.Ф. Тертышная (Ставропольский край), К.В. Назарова (Вологодская обл.).

Обладателями электрочайников станут:

Н.Ю. Цындренко (Рязанская обл.), Д.М. Коротич (Курганская обл.), В.Р. Шебеко (Красноярский край), Э.М. Розенталь (Ленинградская обл.), Л.Е. Терчик (Хабаровский край).

СКОРОМНЫЕ

КОРЖИКИ

Растираем в кастрюле яйцо с солью, продолжая растирать, добавляем размягченный маргарин, сахар, сметану, соду. Постепенно добавляя муку в полученную пышную массу, замешиваем тесто. Ставим его на 1 час в холодильник. Раскатываем пласт толщиной 7—8 мм, стаканом вырезаем кружочки и выпекаем на подсыпанном мукой противне в умеренно разогретой духовке 15—20 минут, пока коржики не пожелтеют.

Е.Н. Левина, Краснодар

50 руб

250 г сливочного маргарина,
200 г сметаны,
1 ст. сахара,
1 сырое яйцо,
13 ст. ложек муки,
1/3 ч. ложки соли,
1/2 ч. ложки соды.

ПЕЧЕНЬЕ «ПОЛУМЕСЯЦЫ»

В миску просеиваем муку, добавляем сахар, тертую цедру и масло. Перетираем масло с мукой до однородной рассыпчатой смеси. Всыпаем молотые орехи и вливаем яичный желток. Все хорошенько вымешиваем. Лепим из теста маленькие колбаски, придаем им форму полумесяцев и укладываем на расстоянии 3—4 см друг от друга на смазанный маслом противень. Выпекаем до бледно-золотистого цвета (примерно 12 минут) в разогретой до 180° С духовке. Горячее печенье обильно посыпаем сахарной пудрой, затем перекладываем на решетку остывать.

60 г миндальных орехов,
125 г муки,
125 г сливочного масла,
2—3 ст. ложки сахара,
1 сырой яичный желток,
1/2 ч. ложки апельсиновой цедры,
сахарная пудра для посыпки.

МАРТОВСКИЕ ТРАДИЦИИ

Даже если сегодня не удастся сходить в театр, можно отметить праздник дома, приготовив «театральный» торт.

ТОРТ «МАСКА»

6 сырых яиц, 1 ст. сахара, 8 ст. ложек муки, 1 ст. ложка какао-порошка.
Для сиропа: 0,5 ст. сахара, 0,5 ст. воды, 3 ст. ложки коньяка.

Взбиваем 3 яйца с 0,5 ст. сахара в крепкую пену. Всыпаем половину просеянной муки и замешиваем тесто. Выпекаем в форме 35 –40 минут в разогретой до 180—190°С духовке. Оставшиеся яйца и сахар также взбиваем в крепкую пену, всыпаем муку вместе с какао-порошком и замешиваем тесто. Выпекаем. Когда коржи остынут, разрезаем каждый на две лепешки. Пропитываем светлую лепешку заранее сваренным охлажденным сиропом, смазываем взбитыми сливками и накрываем темной лепешкой. Пропитываем сиропом и смазываем кремом все последующие лепешки. Когда торт будет собран, вырезаем из бумаги театральную маску. Накладываем ее на верхний темный корж и оставшуюся свободной поверхность торта посыпаем сахарной пудрой.

27 МАРТА

Международный день театра

Поражение в игре
Чудак с удочкой
Узбекский суп
Судовой «спидометр»
Искусство танца
Детский курорт
Домашний очаг
Еловая ветвь
Дар, способности
«Златая ... на дубе том»
Выдержка из текста
Зуботычина
Первая поэма Тургенева
Меховая шубка
Рабочий артели, такувшей суда
Спиртовой лак для полировки
Женское имя
«Трактористы» (актер)
Страна на голове
Яство
... Ростова
Ящерица
Жена «детоносца»
Пружинящие щипчики
Почти мертвое море
Вступление к повести
Перекладина для штор
Разновидность
Инструмент вязальщицы
Пан ... пропал
Сорт фаянса
Любовный тет-а-тет
Малость
... Твен
Место [illegible] игре
Кукиш
Мир, покой
Меховой сапог
Инструмент для зачистки пола
Сумка фотографа
Элемент танца
Рысь или галоп
Теле-песенка
Белая глина
Герой с уязвимой пяткой
Волка ... кормят
Масть в картах
Первый мужчина
Отрава

ПОДПИСКУ МОЖНО ОФОРМИТЬ ЧЕРЕЗ СБЕРБАНК РФ

Наименование издания	Назначение платежа	Периодичность выхода	Подписная цена на 1 мес. (руб.) льготная для подписавшихся на II полугодие 2000 года или весь 2000 год	Подписная цена на 1 мес. (руб.) для остальных подписчиков
Газета «Русский Смак»	РС0112	1 в мес.	9-50	10-50

ДЛЯ ОФОРМЛЕНИЯ ПОДПИСКИ

В ПРИВЕДЕННОМ ПОДПИСНОМ КУПОНЕ НЕОБХОДИМО:

1. указать фамилию и инициалы, а также почтовый индекс и полный адрес подписчика;
2. заполнить графы «Назначение платежа», «Срок подписки» и «Сумма» в соответствии с указанной в таблице информацией (например: РС0112; 4–6 мес. 2001 г.; 28 руб. 50 коп. (9 руб. 50 коп. x 3);
3. вырезать купон и отнести в любой филиал Сбербанка в удобное для вас время.

Извещение

ИНН 7719036520 ООО «С-инфо»
р/сч №40702810338000110229 в Сбербанке России (г. Москва)
к/сч №30101810400000000225 в ОПЕРУ Московского ГТУ банка России
БИК 044525225

(ф.и.о., почтовый индекс и адрес плательщика)

Назначение платежа	Срок подписки	Сумма

Кассир

Плательщик

ИНН 7719036520 ООО «С-инфо»
р/сч №40702810338000110229 в Сбербанке России (г. Москва)
к/сч №30101810400000000225 в ОПЕРУ Московского ГТУ банка России
БИК 044525225

(ф.и.о., почтовый индекс и адрес плательщика)

Назначение платежа	Срок подписки	Сумма

Квитанция

Кассир

Плательщик

КУЛИНАРНАЯ ГАЗЕТА ДЛЯ ЖЕНЩИН
«РУССКИЙ СМАК»

№3, МАРТ, 2001. ТИРАЖ НОМЕРА 100 000 экз. Издается с 1995 года (до 1998 г. — под названием «СМАК»).
Газета зарегистрирована в Государственном комитете Российской Федерации по печати, № 016188.

УЧРЕДИТЕЛЬ И ИЗДАТЕЛЬ — ООО «С-инфо»

Генеральный директор ООО «С-инфо» — **Андрей МАНН**
Главный редактор — **Андрей АВАНЕСОВ**
Главный художник — **Марина ВОРОНЦОВА**
Шеф-редактор — **Евгений ПАВЛОВ**

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ: **Е. КУЗНЕЦОВА** (составитель «Домашней энциклопедии»), **М. АРХИПОВА, Н. ПОДМАРЕВА, Н. СЕГЕНЬ, Е. ЮДИНА, М. РОДИНА; Е. РЯЗАНОВА, Л. БАУМ; Ю. КНЯЗЕВА; А. ЕГОРОВ, В. ИВАНОВ, Ю. МОВЧАН; В. ЛАГОВСКИЙ, Л. КУДРЯВЦЕВА, А. ЖАБИН, С. ЖАБИН, М. ПШЕННОВ.**

Издательский Дом «С-инфо»: www.s-info.ru
Отдел писем: тел. 253-93-27. **E-mail:mail@si.ru**
Адрес редакции и издателя: 125284 Москва, а/я 42, «Русский Смак»
Тел. для справок 255-02-99, **факс** 252-09-20

Продажа газеты
Тел.: 796-92-92, 796-92-93. **Факс** 796-92-95. **E-mail:stimul@si.ru**
Цена в розницу свободная.
РАСПРОСТРАНЕНИЕ ПО ПОДПИСКЕ И В РОЗНИЦУ, ЗАКЛЮЧЕНИЕ ДОГОВОРОВ: тел. 796-92-94

ПЕЧАТАЕТСЯ В ГП Издательство и типография газеты «Красная Звезда», 123007 Москва, Хорошевское шоссе, 38
Подписана в печать: по графику — 05.02.01; фактически — 05.02.01. Выход в свет — февраль 2001 г. **3.451.**

Рекламное агентство ООО «С-инфо»
Директор рекламного агентства — **Евгения ЛЕЩИНСКАЯ**
Зам. директора рекламного агентства — **Юрий РЯЗАНОВ**
Тел./факс: (095) 253-10-49, 255-00-86, 253-08-93. **E-mail:reclame@si.ru**

ВАЖНО!
- Заметки, статьи, объявления и т. п., оформленные перфорацией, печатаются на правах рекламы.
- За достоверность сведений в рекламных объявлениях **ОТВЕЧАЕТ РЕКЛАМОДАТЕЛЬ.**
- Рекламу сексуальных услуг **НЕ ПУБЛИКУЕМ.**

«Хочу продать своего ребенка...» с. 11

SPEED
№12'2000
НАС ЧИТАЮТ СЧАСТЛИВЫЕ ЛЮДИ!

Для родителей

ВЫРАСТАЙ-КА!

Наш подарок любимым читателям!


С Новым годом
Календарь удачи!
склеить
LEGO
4 602607 000030
Каждый месяц 100 призов от фирмы «ЛЕГО»

Издательский Дом
С-ИНФО
для тех, кто любит своих детей
ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ВЫРАСТАЙ-КА!
Учредитель и издатель – ООО «С-инфо»
Генеральный директор – Андрей Манн

Хочу сказать:

«С ДЕТЬМИ ГОДА - НЕ БЕДА!»

Сашулька - мой единственный, поздний ребенок. Хочется не только воспитать ее, дать образование, но и понянчить внуков. В зрелом возрасте, а я родила ее в 44 года, подход к воспитанию совсем другой. Мы с ней как подруги. Ходим в парк, на выставки, в театры. Много читаем. Обсуждаем все проблемы. Учим вместе английский язык. Она растет, ей скоро исполнится пять лет, а мне некогда стариться. И я счастлива!

Т. В. Соколова, Ульяновск

САШЕНЬКА Соколова, 4 года

Поздравляем ПОБЕДИТЕЛЕЙ!

Настал долгожданный момент - мы называем победителей всех наших конкурсов! Поверьте, выбрать их было непросто, потому что нам в редакции понравились все письма и все фотографии, опубликованные на газетных полосах. Нравятся нам и те, которые опубликовать не удалось: место в газете ограничено, да и качество любительской съемки не всегда соответствует полиграфическим требованиям. Но среди наших читателей проигравших нет - вместе мы решим любые проблемы!

НОВЫЕ КОНКУРСЫ, НОВЫЕ ПОБЕДЫ!

Судя по вашим письмам, дорогие наши ПОчитатели, вам особенно полюбились наши конкурсы «Братики-сестрички», «Детская неожиданность», «Кулинарный конкурс», «Родительские хитрости». Поэтому в наступающем году милости просим на наши страницы! Будем соревноваться в остроумии, обмениваться бесценным родительским опытом, дегустировать самые вкусные блюда для малышей. И, конечно, получать призы!

Но это еще не все! В новом году вас ждут новые фотоконкурсы - «Приятного аппетита» и «Ребята и зверята». Лучшие фотографии будут опубликованы, лучшие из лучших получат ценные подарки от редакции.

Конкурс «Фото на обложку» продолжается! Вашим фотоаппаратам не придется скучать!

«Фото на обложку»

ПОБЕДИТЕЛИ:

САША Козлов с мамой, Москва (№ 1). КСЮША Клименова, Москва (№ 9).

Десять остальных героев наших обложек получат поощрительные призы!

«Родительские хитрости»

ПОБЕДИТЕЛИ:

ЕЛЕНА Ильина, Псков (№ 1) - «Праздник труда», **ЕЛЕНА Глинова, Пенза (№ 2)** - «Хитрости от первоклассной поварихи», **АЛЕКСАНДР и ЮЛИЯ Кучерявые, Пенза (№ 3)** - «Полезные обзывалки», **семья Петрушиных, Карелия (№ 4)** - «Детская в три яруса», **ФЛЮРА Хисаметдинова, Башкортостан (№ 5)** - «Кому вершки, кому корешки», **ОЛЕГ Кисель, Новороссийск (№ 6)** - «Обед под крылом самолета», **ЭЛЬМИРА Гусейнова, Москва (№ 7)** - «Как Диана стала Чиполлино», **А.М.Белянов, Татарстан (№ 8)** - «Ремешок от дедушки Азата», **ЗУХРА Насретдинова, Москва (№ 9)** - «Картина из крупы», **НАТАЛЬЯ Митюшина, Сергиев Посад Московской обл. (№ 10)** - «Вместе - победим!», **А. Гурова, Волгоград (№ 11)** - «Расстались без слез», **НАДЕЖДА Мурадова, Воронежская область (№ 12)** - «Разноцветное настроение».

«Детская неожиданность»

САМЫМИ ОСТРОУМНЫМИ ПРИЗНАНЫ:

АНТОН Орешников, Ивангород Ленинградской области (№ 2), САША Масалов, Хороль Приморского края (№ 3), ПОЛИНА Ковальчук, Ярославль (№ 8), ДЕНИС Кислицын, с. Совье Кировской области (№ 9), ПАВЕЛ Роговский, Кола Мурманской области (№ 11).

«Признание в любви»

ПЕРВОЕ МЕСТО:

ОЛЕСЯ Воронцова из Пермской области (№ 8), которая написала трогательное письмо о своей любви к маме, папе, бабушке Вале. Поздравляем всю семью Воронцовых, воспитавших такую замечательную дочь и внучку!

ВТОРОЕ МЕСТО:

ГАЛИНА Соболева из Архангельской области и ГАЛИНА Слепуха из Волгограда (№ 12).

ПООЩРИТЕЛЬНЫЕ ПРИЗЫ: всем участникам конкурса!

«Братики-сестрички»

ПОБЕДИТЕЛИ:

АЗАТ и РУСЛАН Сайдашевы, пос. Звездный Пермской обл. (№7), АН-

Дорогие победители!

Вас ждут заслуженные призы:

фотоаппараты, игрушки,

«Кулинарный конкурс»

ПОБЕДИТЕЛЬ:

М.Н.Челякова, Башкирия (№ 8), за

ва!

Т. В. Соколова, Ульяновск

САШЕНЬКА Соколова, 4 года

Р Е Д А К Ц И Я

Руководитель проекта	Елена Гликман
Зам. руководителя проекта	Мария Горохова
Главный редактор	Ольга Лобанова
Главный художник	Вадим Филонов
Выпускающий редактор	Александр Лосото
Литературный редактор	Феликс Шапиро
Художественный редактор	Юрий Мовчан
Помощник руковод. проекта	Мария Шишкина

ПОДПИСКА: с любого месяца на почте по каталогу Агентства «Роспечать», стр. 101-106
Подписной индекс: **32923**
Условия подписки в филиалах Сбербанка РФ смотрите на стр. 16

РАЗМЕЩЕНИЕ РЕКЛАМЫ:
Рекламное агентство ООО «С-инфо»
Генеральный директор – **Евгения Лещинская.**
Заместитель генерального директора – **Юрий Рязанов.**
Тел./факс: (095) 255-00-86, 253-10-49.
Рекламная служба «Вырастай-ка»
тел. (095) 253-26-83, факс 253-10-46

Газета зарегистрирована в Государственном комитете Российской Федерации по печати. Свидетельство № 016579.

АДРЕС РЕДАКЦИИ И ИЗДАТЕЛЯ:
125284 Москва, а/я 42, «Вырастай-ка!».
Телефон для справок: (095) 253-26-83,
e-mail: virost@si.ru

ПРОДАЖА ГАЗЕТЫ:
тел. (095)796-92-92, факс 796-92-95.
Распространение по подписке
и в розницу, заключение договоров
тел. (095) 796-92-94, факс 796-92-91.
Цена в розницу – свободная
Печатается в Финляндии, типография компании
OY «Alprint International Ltd», 2000.
Подписано в печать 26.10.00 Тираж 70 000 экз

Москва (№ 1).
КСЮША Клейменова, Москва (№ 9).
Десять остальных героев наших обложек получат поощрительные призы!

динова, Москва (№ 9) - «Картина из крупы», **НАТАЛЬЯ Митюшина, Сергиев Посад Московской обл. (№ 10)** - «Вместе - победим!», **А. Гурова, Волгоград (№ 11)** - «Расстались без слез», **НАДЕЖДА Мурадова, Воронежская область (№ 12)** - «Разноцветное настроение».

фии будут опубликованы, лучшие из лучших получат ценные подарки от редакции.

Конкурс «Фото на обложку» продолжается! Вашим фотоаппаратам не придется скучать!

«Детская неожиданность»

САМЫМИ ОСТРОУМНЫМИ ПРИЗНАНЫ:
АНТОН Орешников, Ивангород Ленинградской области (№ 2), САША Масалов, Хороль Приморского края (№ 3), ПОЛИНА Ковальчук, Ярославль (№ 8), ДЕНИС Кислицын, с. Совье Кировской области (№ 9), ПАВЕЛ Роговский, Кола Мурманской области (№ 11).

«Признание в любви»

ПЕРВОЕ МЕСТО:
ОЛЕСЯ Воронцова из Пермской области (№ 8), которая написала трогательное письмо о своей любви к маме, папе, бабушке Вале. Поздравляем всю семью Воронцовых, воспитавших такую замечательную дочь и внучку!

ВТОРОЕ МЕСТО:
ГАЛИНА Соболева из Архангельской области и ГАЛИНА Слепуха из Волгограда (№ 12).

ПООЩРИТЕЛЬНЫЕ ПРИЗЫ: всем участникам конкурса!

«Братики-сестрички»

ПОБЕДИТЕЛИ:
АЗАТ и РУСЛАН Сайдашевы, пос. Звездный Пермской обл. (№ 7), АНТОН и КАТЕНЬКА Андреевы, Москва (№ 8), ГЕОРГИЙ и ЗУРАБ Чиковани, Москва (№ 9), МИШУТКА и ОЛЕСЕНЬКА Голдаевы, с. Тундутово, Калмыкия (№ 11), МИТЯ и АРИНА Герасимовы, Саратов (№ 12)

Дорогие победители!
Вас ждут заслуженные призы: фотоаппараты, игрушки, витамины фирмы «Фармамед» и замечательные книжки издательства «Эксмо».
Очень вас просим: свяжитесь с редакцией по телефону для уточнения адреса. Так надежнее!

«Кулинарный конкурс»

ПОБЕДИТЕЛЬ:
М.Н.Челякова, Башкирия (№ 8). В изготовлении торта-призера «Вечерний Париж» принимала участие вся семья: дочка Валерия чистила и резала фрукты, а маленький сынуля Даниил складывал кожуру в коробочку.

ПООЩРИТЕЛЬНЫЕ ПРИЗЫ: всем кулинарам!

«Не скучай!»

ПОБЕДИТЕЛЬ:
ОЛЬГА Галимова, Волжск, Марий Эл (№ 8) за игру «Кукольный театр».

Юля Маленкова, 8 лет, Москва

О молодой актрисе Дине Корзун всерьез заговорили после фильма «Страна глухих», который с большим успехом прошел на экранах в прошлом году. Успехом фильм во многом обязан прекрасной работе Дины, сыгравшей в нем одну из главных ролей. В какие только перипетии не попадала ее героиня, чтобы отстоять свое место в жизни! Почти как сама актриса...

ШКОЛА выживания Дины Корзун и ее сына

Фото Алины Власовой

...Я никогда не мечтала стать актрисой. Во время учебы в Смоленском пединституте случайно попробовала свои силы в актерской студии и вскоре забрала документы из института, решила поступать на актерский курс при Смоленском драмтеатре. Мама была против, в деканате требовали объяснений... Свой выбор пришлось отстаивать.

– Отстояли?

- Отстояла, тогда я была упрямой и самоуверенной. На курсе я познакомилась со своим первым мужем. А потом у нас родился сын, и мы уехали в Москву. Когда Тимуру исполнилось два месяца, поступила на подготовительные курсы в школу-студию МХАТ. Муж учился в ГИТИСе. Потом была школа-студия, а на последнем курсе меня пригласили во МХАТ на главную роль.

– Вы оба учились, а как же сын?

- С мужем мы развелись. У нас не было московской прописки, и мы не могли пользоваться ни детскими садами, ни поликлиниками - ничем. И тогда Тимура забрала к себе моя героическая мама. Ради меня она ушла с работы и стала воспитывать внука. Мамин подвиг я могу оценить только сейчас, спустя годы, когда сама сильно изменилась. А в то время я напоминала себе чеховскую чайку, которая с криком мечется в разные стороны. Мне было неуютно, больно и страшно. Я приезжала к маме и сыну только на выходные, потому что жила на стипендию. Потом я забрала Тимура в Москву, и мы жили с ним в общежитии. С утра я отводила его в школу, сама бежала на репетицию, после репетиции забирала его из школы. И мы снова ехали в театр, потому что вечером у меня спектакль. Тимур делал уроки в моей гримерке, там же засыпал. После спектакля тащила его сонного домой на себе. Денег не было не то что на такси, на нормальную еду хватало не всегда. У Тимура была маленькая скрипящая софа, которую подарила подруга-москвичка. В коробку из-под холодильника я вставила палку, и на нее вешала одежду. Полная нищета, но меня это не угнетало. Главное, у меня была работа. Я ею жила.

– С тех пор что-то изменилось?

- Да, сейчас у нас есть квартира, мы живем втроем - я, Тимур и мама. Муж бывает наездами. Мы начали наконец-то жить по-человечески. Тимур учится в пятом классе. Он высокий, красивый и умный. Серьезно занимается шахматами и таэквондо. Собирается заработать много денег и строить дома для бездомных собак и людей. Понимает, как им тяжело.

– А почему вы развелись с первым мужем, если не секрет?

- Мы оба были очень молоды и очень увлечены каждый своим делом. Не было ответственности, желания работать душой ради сохранения отношений. Идти на компромисс, чтобы сохранить чувство, уважение друг к другу. Ко мне это пришло только сейчас - с моей настоящей любовью, с моим вторым мужем.

– Он тоже актер?

- Мы познакомились во МХАТе, я заканчивала учебу в школе-студии, а Луи проходил стажировку на экспериментальном курсе для иностранцев Олега Табакова. Сейчас Луи занимается режиссурой, ставит спектакли и снимает кино. Это было пять лет назад. Почти сразу он сказал, что любит меня и хочет, чтобы я стала его женой.

– А вы?

- А я не могла поверить, что это любовь, долго сомневалась. Луи уехал и звонил мне целых два года. Потом мы встретились, и я поняла, что это моя судьба. Теперь мы вместе, и я очень берегу наши отношения. У меня были периоды без любви, и тогда я умирала, как цветок без воды. И никто не мог меня спасти.

– Даже сын?

- Для многих женщин ребенок - источник сил, но не для меня. Я черпаю силы в любви к мужчине, и тогда моего чувства хватает и на ребенка, и на весь мир. Я хочу, чтобы у нас с Луи были дети. И они обязательно будут. Как же без детей?

Лада Акимова

Признание в любви

Книга рекордов

...Мама была против, требовали объяснений .. Свой выбор пришлось отстаивать.

– Отстояли?

- Отстояла, тогда я была упрямой и самоуверенной. На курсе я познакомилась со своим первым мужем. А потом у нас родился сын, и мы уехали в Москву. Когда Тимуру исполнилось два месяца, поступила на подготовительные курсы в школу-студию МХАТ. Муж учился в ГИТИСе. Потом была школа-студия, а на последнем курсе меня пригласили во МХАТ на главную роль.

– Вы оба учились, а как же сын?

- С мужем мы развелись. У нас не было московской прописки, и мы не могли пользоваться ни детскими садами, ни поликлиниками - ничем. И тогда Тимура забрала к себе моя героическая мама. Ради меня она ушла с работы и стала воспитывать внука. Мамин подвиг я могу оценить только сейчас, спустя годы, когда сама сильно изменилась. А в то время я напоминала себе чеховскую чайку, которая с криком мечется в разные стороны. Мне было неуютно, больно и страшно. Я приезжала к маме и сыну только на выходные, ехала в театр, потому что вечером у меня спектакль. Тимур делал уроки в моей гримерке, там же засыпал. После спектакля тащила его сонного домой на себе. Денег не было не то что на такси, на нормальную еду хватало не всегда. У Тимура была маленькая скрипящая софа, которую подарила подруга-москвичка. В коробку из-под холодильника я вставила палку, и на нее вешала одежду. Полная нищета, но меня это не угнетало. Главное, у меня была работа. Я ею жила.

– С тех пор что-то изменилось?

- Да, сейчас у нас есть квартира, мы живем втроем - я, Тимур и мама. Муж бывает наездами. Мы начали наконец-то жить по-человечески. Тимур учится в пятом классе. Он высокий, красивый и умный. Серьезно занимается шахматами и тэквондо. Собирается заработать много денег и строить дома для бездомных собак и людей. Понимает, как им тяжело.

– А почему вы развелись с первым мужем, если не секрет?

Мы оба были очень молоды и очень увлечены каждый своим делом. Не было ответственности, желания работать душой ради семьи. Мы расстались. Я вышла замуж.

– Он тоже актер?

- Мы познакомились во МХАТе, я заканчивала учебу в школе-студии, а Луи проходил стажировку на экспериментальном курсе для иностранцев Олега Табакова. Сейчас Луи занимается режиссурой, ставит спектакли и снимает кино. Это было пять лет назад. Почти сразу он сказал, что любит меня и хочет, что бы я стала его женой.

– А вы?

- А я не могла поверить, что это любовь, долго сомневалась. Луи уехал и звонил мне целых два года. Потом мы встретились, и я поняла, что это моя судьба. Теперь мы вместе, и я очень берегу наши отношения. У меня были периоды без любви, и тогда я умирала, как цветок без воды. И никто не мог меня спасти.

– Даже сын?

- Для многих женщин ребенок - источник сил, но не для меня. Я черпаю силы в любви к мужчине, и тогда моего чувства хватает и на ребенка, и на весь мир. Я хочу, чтобы у нас с Луи были дети. И они обязательно будут. Как же без детей?

Лада Акимова

Признание в любви

Очаровашке от милашки

Так мы называли друг друга в первый год нашей совместной жизни. И до сих пор, спустя четыре с половиной года, иногда так обращаемся друг к другу. У него очаровательные глаза, он всегда с такой любовью смотрит на меня. А как мне нравится быть в его объятиях... Тогда все кажется прекрасным! Люблю за ним ухаживать, вкусно для него готовить и все, все, все делать для моего милого и единственного. Мой Феденька не только прекрасный муж, но и прекрасный папа. У нас растут две доченьки-дочурки. Танюше 1 год 10 месяцев, а Юленьке еще только два месяца. Хочу пообещать своему любимому, что когда-нибудь рожу ему сына, обязательно рожу, нужно только немного подождать. Я люблю тебя, милый, ненаглядный, мой самый дорогой человек.


Галина и Федор Соболевы

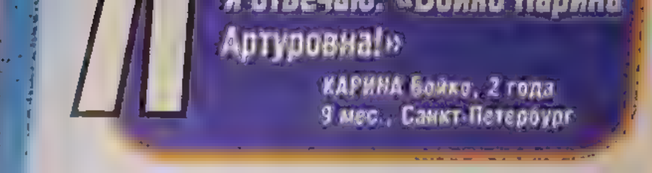
Галина Соболева,
п. Харуша
Архангельской обл.

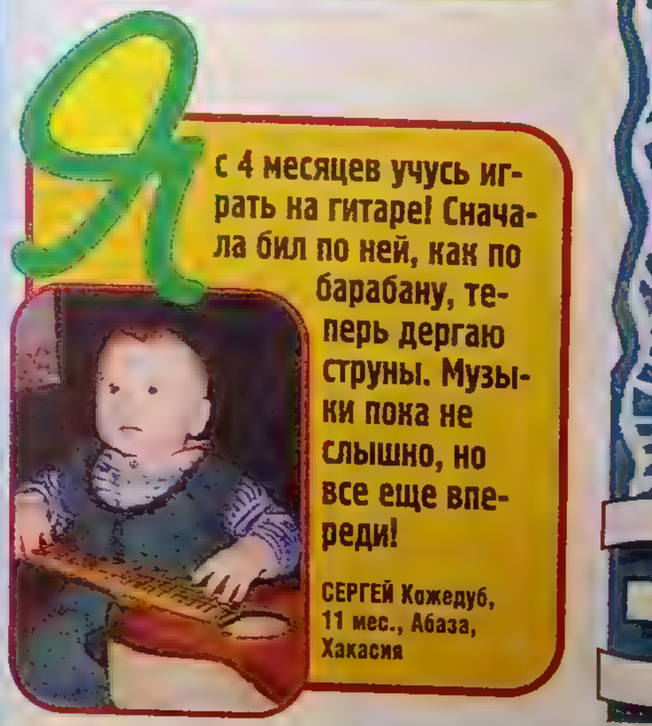
Моим сыновьям

Милые мои мальчишки! Как я благодарна вам за вашу преданную любовь, за заботу обо мне и терпение. Когда мы узнали, что я беременна третьим ребенком, только вы поддержали меня! Только вы помогли пережить страшный токсикоз! Вы покупали мне соки, соленые огурчики, вы ходили со мной по врачам, только вы дали мне силы выносить и родить Илюшку! А какая радость и счастье видеть, как вы ухаживаете и играете с малышом! Я так люблю вас, горжусь, что у меня такие сыновья. Вы - моя награда за все трудности и невзгоды. Спасибо вам, мои золотые Димулька, Максюшка и Илюшенька!


Это мои мальчики!

Галина Слепуха,
Волгоград





Поможет йод

Коричневый флакончик со спиртовым раствором йода есть в каждом доме.

Одно свойство йода известно всем. Мы держим его в аптечке, чтобы было чем обработать ссадину, порез или рану. Обладая сильным обеззараживающим действием, йод убивает микробы и препятствует развитию воспаления.

Если у ребенка заболело горло, приготовьте раствор для полосканий: капелька йода и чайная ложка соли на стакан воды. Горло следует полоскать не реже шести раз в день.

Йод не только убивает микробы, но и помогает справиться с грибковыми заболеваниями. При микроспории (стригущем лишае) им смазывают кожу, а при онихомикозе (грибковом поражении) - ногти.

Йодом хорошо смазывать всякие синяки и шишки - он обладает противовоспалительным и рассасывающим действием. Чтобы не сжечь кожу, обрабатывайте не всю ушибленную поверхность, а наносите так называемую йодовую сеточку.

Йод раздражает нервные окончания кожи, в результате чего нервные импульсы передаются к внутренним орга-

Витамины - не игрушка!

Многие родители думают, что они абсолютно безвредны и дети могут их есть горстями...

Однажды я наблюдала за своей дочкой, с восторгом рассматривавшей красочную коробочку с поливитаминами, которую я только что принесла из аптеки. Вместо обычных драже в ней были разноцветные зверюшки десяти видов. Дочка выложила их на ладошку и объявила, что сейчас найдет самую вкусную И обязательно съела бы сразу десять витаминок, если бы не мое срочное вмешательство Я объяснила, что вкус у зверюшек одинаковый, а если слопать их всех, то можно отравиться Дочка вроде согласилась, но было видно, как велик соблазн..

Острое отравление. Чрезмерная доза любого, даже самого полезного витамина неизбежно вызовет отравление Учтите, что сейчас все покупают поливитамины, в состав которых зачастую входят десятки разных компонентов. Они участвуют в разных видах обмена веществ, поэтому картина отравления бывает просто непредсказуемой. В тяжелых случаях ребенок может потерять сознание, у него могут отказать печень и почки. На коже появляются красные зудящие пятна - крапивница. Неудивительно, что врачи теряются и не могут понять, что случилось с малышом. Хорошо, если кто-нибудь случайно обнаружит пустую коробку из-под витаминов

Первая помощь в такой ситуации - промывание желудка. То, что всосалось в кровь, удаляют в больнице с помощью капельниц.

Хроническое отравление. Нередко дети вместо одной-двух витаминок съедают сразу несколько - уж больно они вкусные! Если это входит в привычку, у ребенка появляется кожная аллергия, начинают выпадать волосы и ломаться ногти, страдают печень и почки, через которые витамины вы.водятся из организма Передозировка витамина D приводит к тому, что из костей вымывается кальций. Избыток фолиевой кислоты чреват поражением надпочечников. А передозировка витамина А похожа на обычное пищевое отравление. Впрочем, как уже было сказано, чаще наблюдаются признаки отравления сразу многими витаминами.

Итак, чтобы избежать гипервитаминоза, надо:

- выбирать витамины по совету педиатра, а не после просмотра очередного рекламного ролика;
- удостовериться, что доза препарата точно соответствует возрасту и весу вашего ребенка;
- внимательно следить за тем, как малыш принимает витамины;
- как и все другие лекарства, хранить витамины в недоступном для ребенка месте

Татьяна Самсонова, педиатр

АНТОША Савельев, 7мес., Кисловодск Ставропольского края

Береги уши

Йод не только убивает микробы, но и помогает справиться с грибковыми заболеваниями. При микроспории (стригущем лишае) им смазывают кожу, а при онихомикозе (грибковом поражении) - ногти.

Йодом хорошо смазывать всякие синяки и шишки - он обладает противовоспалительным и рассасывающим действием. Чтобы не сжечь кожу, обрабатывайте не всю ушибленную поверхность, а наносите так называемую йодовую сеточку.

Йод раздражает нервные окончания кожи, в результате чего нервные импульсы передаются к внутренним органам, стимулируя их работу. Так, кашляющему малышу может помочь йодовая сеточка, нанесенная на грудь.

Йод часто входит в состав сложных лекарств, к примеру в состав раствора Люголя. Этим раствором дважды в день смазывают слизистую оболочку глотки при ангинах.

Вылечить кашель с трудноотделяемой мокротой поможет микстура с йодидом калия, которую дают ребенку четыре раза в день. Но помните, что йод раздражает не только кожу, но и желудок. Чтобы защитить слизистую оболочку желудка, микстуру надо запивать молоком.

Йод необходим детскому организму для нормального развития. При его нехватке в воде и пище может увеличиться щитовидная железа. Чтобы этого не случилось, купите соль, специально обогащенную йодом.

Запомните!

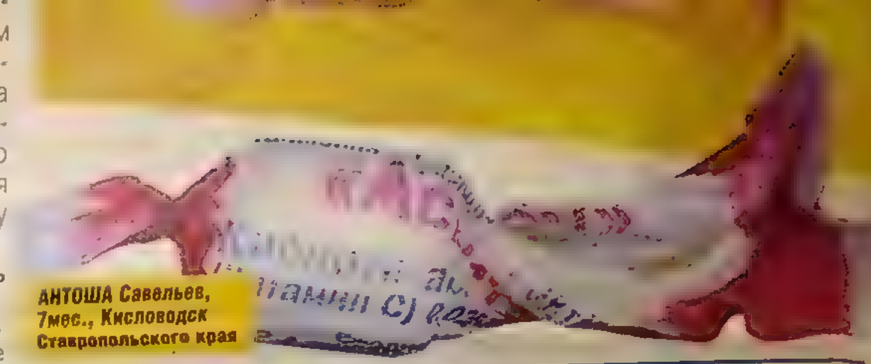
У некоторых детей бывает аллергия на йод, поэтому в первый раз применяйте его с осторожностью.

Учтите, что сейчас все покупают поливитамины, в состав которых зачастую входят десятки разных компонентов. Они участвуют в разных видах обмена веществ, поэтому картина отравления бывает просто непредсказуемой. В тяжелых случаях ребенок может потерять сознание, у него могут отказать печень и почки. На коже появляются красные зудящие пятна - крапивница. Неудивительно, что

ций. Избыток фолиевой кислоты чреват поражением надпочечников. А передозировка витамина А похожа на обычное пищевое отравление. Впрочем, как уже было сказано, чаще наблюдаются признаки отравления сразу многими витаминами

Итак, чтобы избежать гипервитаминоза, надо:

- выбирать витамины по совету педиатра, а не после



АНТОША Савельев, 7мес., Кисловодск Ставропольского края

Береги уши СМОЛОДУ!

Нашей Верочке только полтора года, но мы уже собираемся прокалывать ей уши. Ведь говорят, что прокалывание надо делать как можно раньше - тогда эта малоприятная процедура пройдет совершенно безболезненно. Вырастет - спасибо скажет!

О. и И. Петровы, Якутск

Отвечает детский хирург Оксана ТРУШИНА:

В принципе прокалывать уши можно в любом возрасте, даже в самом раннем. Но лучше все же дождаться, когда малышка хоть чуть-чуть подрастет. Ведь годовалому ребенку очень трудно объяснить, что такое стерильность. Проколотая мочка начнет чесаться, девочка будет тянуться к ней пальцами, может расковырять ранку и занести в нее инфекцию. А несмышленые сверстники, увидев блестящий предмет в ушке маленькой модницы, наверняка попытаются его схватить и потрогать, а то и вырвать...

В общем, всему свое время. Но в любом случае вы должны быть готовы к возможным осложнениям. Ведь даже самый стерильный пирсинг (так еще называют прокалывание) может вызвать не только воспаление, но и образование гранулем - кожных разрастаний. Чтобы избавиться от них, гранулемы сначала облучают, а потом удаляют хирургическим путем. Но даже столь серьезное лечение помогает далеко не всегда. Поэтому перед пирсингом надо отвести девочку к дерматологу - у некоторых детей кожа склонна к образованию келоидных рубцов. Если риск большой, лучше не портить уши, а носить клипсы.

Помните, что делать пирсинг следует в хирургическом кабинете в стерильных условиях, хотя и популярные сейчас «пистолеты» достаточно безопасны. А вот прокалывание в домашних условиях недопустимо.

ОЧЕНЬ ВАЖНО, ЧТОБЫ ПЕРВЫЕ СЕРЬГИ БЫЛИ ЛЕГКИМИ И ИЗГОТОВЛЕНЫ ИЗ ЗОЛОТА ИЛИ СЕРЕБРА ВЫСОКИХ ПРОБ, КОТОРЫЕ МЕНЬШЕ ОКИСЛЯЮТСЯ.

После пирсинга надо обязательно носить сережки, иначе дырочка может зарасти и придется ее «чистить» или прокалывать уши в другом месте.

ВАЛЕРИЯ Эсаулова, 5 лет, Киров

Три вопроса про памперсы

Отвечает педиатр Олег ЕЛИСОВ

Не раз приходилось слышать, что мальчикам очень вредно носить памперсы, - когда они вырастают, то не могут иметь детей. Почему же тогда памперсы не запретили?

М. Добронравова, Одинцово Московской области

- Действительно, слухи о губительном действии памперсов на половые органы мальчиков чрезвычайно распространены. Дескать, в «тепличной» атмосфере поражаются ткани яичек, что в будущем чревато бесплодием. Однако эта мрачная теория абсолютно ничем не подтверждена. По крайней мере, проводившиеся обследования «памперсников» не выявили никаких отклонений от нормы. Так что не бойтесь пользоваться памперсами, они практичны, гигиеничны и, самое главное, безвредны.

Говорят, что дети, которые носят памперсы, позже приучаются к горшку. Это правда?

Людмила Долгачева, Самара

- Да, правда. У ребенка, который не чувствует мокрых штанишек, угасает соответствующий рефлекс - он перестает сигнализировать о потребности опорожниться. Но это вовсе не значит, что малыш теряет контроль над своими отправлениями. Просто проситься на горшок он начинает на один-два месяца позже. Чтобы пораньше приучить ребенка к горшку, внимательно наблю дайте за ним, и скоро вы сможете точно определять, когда наступает «час икс». И в этот момент настойчиво предлагайте малышу сесть на горшок. Тогда ваша жизнь облегчится намного быстрее, а ребенок станет самостоятельным в по[illegible]

Одна знакомая медсестра уверяет, что памперсы очень вредны для пищеварения ребенка. Они, мол, давят [illegible] животик и нарушают работу кишечника. Поэтому «памперсники» просто обречены на запоры. Так ли это?

Алевтина Савченко, Львов

Сильное давление на живот может [illegible] не только к нарушению пери-

ДАША Белоусова, 3 года, Сальск Ростовской обл.

На герани сладко спится

Лечение запахами (ароматерапия) известно еще с глубокой древности.

Сейчас есть аптеки, где можно купить го[illegible]
[illegible]говые эфирные масла. Для детей подойдут только растительные. С ними делают ванны, массаж, ингаляции, проводят сеансы аромакурения. Учтите, что эфирное масло очень концентрированное и его надо обязательно разбавлять. Впрочем, можно обойтись и без масел - вполне сгодятся травы. Сухими травами заполняют подушечки, которые кладут в кровать ребенку или вешают на шею. С заваренными травами готовят ванны. Детям старше года можно делать ингаляции и давать ароматные напитки

Вот лишь несколько примеров использования ароматерапии для лечения детей.

❷ Аромакурения с лавандовым маслом или маслом эвкалипта очищают воздух от бактерий и вирусов. А значит, помогут уберечь малыша от инфекции, если в семье кто-то начал чихать и кашлять. Добавив в аромакурильницу укропное масло, можно нала дить стул ребенка.

❸ Положенные в детскую кровать подушечки с геранью, тысячелистником и календулой облегчают течение простудных заболе ваний. А аптечная ромашка и можжевельник обеспечат крепкий и спокойный сон вашему малышу.

❹ Массаж для повышения тонуса хорошо делать с маслом сладкого миндаля и лаванды

Очень важно! *Перед использованием тех или иных пахучих лекарств обязательно посоветуйтесь с педиатром. Органы чувств у детей еще не окрепли, что может привести к [illegible]*

Медицинские советы наших читателей комментирует детский врач Валерия ЛАЗАРЕВА.

Приманка для носа

Думаю, что не одна я никак не могла приучить своего сынишку сморкаться. Смех и грех: парню скоро пять, а мне приходится грушей отсасывать у него сопельки. Ведь мало показать, как надо сморкаться, - надо еще добиться, чтобы малыш захотел это сделать сам. Дело сдвинулось, когда для «приманки» я купила несколько наборов бумажных одноразовых платков, на которых были изображены герои наших самых любимых мультиков. Не поверите, первое время я не могла удержать сына, чтобы он не сморкался понапрасну.

П.Соловьева, Жуковский Московской области

Врач: «Действительно, приучить ребенка сморкаться трудно. Какого-то универсального рецепта нет, поэтому каждая мама решает эту проблему по-своему. Не забудьте объяснить ребенку, что использованные бумажные платки нужно сразу выбрасывать».

Уголь против пота

У меня двое мальчишек школьного возраста, которые из всей обуви признают только кроссовки. Неудивительно, что ноги у них сильно потели. Конечно, мы ежедневно их мыли, через день меняли носки, но толку не было. И тогда по совету одной знакомой я вытащила из кроссовок стельки, днища намазала клеем и насыпала туда немного угольного порошка. Оказалось, что «угольная» прокладка отлично впитывает влагу. Теперь у моих детей ноги сухие.

Лидия Коркина, Курск

Врач: «Уголь впитывает не только влагу, но и запахи. Сейчас в аптеках появились

Людмила Долгачева, Самара

- Да, правда. У ребенка, который не чувствует мокрых штанишек, угасает соответствующий рефлекс - он перестает сигнализировать о потребности опорожниться. Но это вовсе не значит, что малыш теряет контроль над своими отправлениями. Просто проситься на горшок он начинает на один-два месяца позже. Чтобы пораньше приучить ребенка к горшку, внимательно наблюдайте за ним, и скоро вы сможете точно определять, когда наступает «час икс». И в этот момент настойчиво предлагайте малышу сесть на горшок. Тогда ваша жизнь облегчится намного быстрее, а ребенок станет самостоятельным в положенный срок.

Одна знакомая медсестра уверяет, что памперсы очень вредны для пищеварения ребенка. Они, мол, давят на животик и нарушают работу кишечника. Поэтому «памперсники» просто обречены на запоры. Так ли это?

Алевтина Савченко, Львов

- Сильное давление на живот может привести не только к нарушению перистальтики кишечника, но и к очень серьезным заболеваниям органов пищеварения. Поэтому не стоит изо всех сил натягивать на ребенка явно маленькие памперсы или трусики, а также слишком туго его пеленать. Но если памперсы подобраны точно по размеру, то они не доставят никаких неудобств, а тем более не помешают работе кишечника

На герани сладко спится

Лечение запахами (ароматерапия) известно еще с глубокой древности.

Сейчас есть аптеки, где можно купить готовые эфирные масла. Для детей подойдут только растительные. С ними делают ванны, массаж, ингаляции, проводят сеансы аромакурения. Учтите, что эфирное масло очень концентрированное и его надо обязательно разбавлять. Впрочем, можно обойтись и без масел - вполне сгодятся травы. Сухими травами заполняют подушечки, которые кладут в кровать ребенку или вешают на шею. С заваренными травами готовят ванны. Детям старше года можно делать ингаляции и давать ароматные напитки.

Вот лишь несколько примеров использования ароматерапии для лечения детей.

❶ Ванны с эфирными маслами энотеры двулетней, сладкого миндаля, лаванды и аптечной ромашки способствуют очищению кожи и препятствуют появлению опрелостей. Детям с диатезом помогут ванны с маслом эвкалипта. А чтобы ребенок спокойно спал, сделайте на ночь ванну с благородной ромашкой.

❷ Аромакурения с лавандовым маслом или маслом эвкалипта очищают воздух от бактерий и вирусов. А значит, помогут уберечь малыша от инфекции, если в семье кто-то начал чихать и кашлять. Добавив в аромакурильницу укропное масло, можно наладить стул ребенка.

❸ Положенные в детскую кровать подушечки с геранью, тысячелистником и календулой облегчают течение простудных заболеваний. А аптечная ромашка и можжевельник обеспечат крепкий и спокойный сон вашему малышу.

❹ Массаж для повышения тонуса хорошо делать с маслом сладкого миндаля и лаванды.

Очень важно! *Перед использованием тех или иных пахучих лекарств обязательно посоветуйтесь с педиатром. Органы чувств у детей еще не окрепли, что может привести к совершенно неожиданному результату. Особенно осторожным надо быть, если ребенок страдает аллергией. Однако правильно подобранная ароматерапия помогает маленьким аллергикам и детям, страдающим бронхиальной астмой.*

Валентина Буленкова, физиотерапевт

Непрошеные защитники

У нас с мужем уже есть дочка, но мы хотим второго ребенка. Проблема в том, что у меня отрицательный резус-фактор, у мужа - положительный. Врачи пугают осложнениями и советуют не искушать судьбу. Хотелось бы точно знать, чем резус-конфликт грозит мне и моему будущему малышу?

Лариса Сальникова, Нижний Тагил

К сожалению, Лариса не пишет, какая у нее дочь - резус-отрицательная или резус-положительная. В первом случае никаких осложнений не будет, и наша читательница смело может снова рожать. Хуже, если у ее первенца «положительная» кровь. Во время беременности резус-антигены ребенка через сосуды плаценты попадают в кровь матери. Ее организм начинает борьбу с чужеродными клетками, вырабатывая защитные антитела, которые остаются на всю жизнь. И при повторной беременности резус-положительным плодом эти непрошеные защитники нападают на клетки крови эмбриона и разрушают их. Эту «войну» между клетками крови матери и ее ребенка врачи называют резус-конфликтом.

Нередко резус-конфликт заканчивается выкидышем. Если же все проходит благополучно, то у ребенка может развиться гемолитическая болезнь новорожденных, проявляющаяся желтухой и малокровием. В этой ситуации врачи стараются как можно быстрее вывести из организма ребенка погибшие эритроциты, приостановить дальнейшее их разрушение и восполнить потерю крови.

Врачи могут предвидеть исход беременности, а при серьезной опасности они будут настаивать на ее прерывании. К счастью, это бывает редко, обычно женщину заранее кладут в специализированный роддом. Но лучший способ уберечь второго ребенка от беды - в течение трех суток после первых родов сделать себе специальную противорезусную прививку. Один укол позволит вам избежать нервотрепки, когда вы захотите еще увеличить свое семейство. Если вы боитесь, что в роддоме не окажется антирезусного иммуноглобулина, приобретите его заранее.

Валерия Лазарева, детский врач

универсального рецепта нет, поэтому каждая мама решает эту проблему по-своему. Не забудьте объяснить ребенку, что использованные бумажные платки нужно сразу выбрасывать».

Уголь против пота

У меня двое мальчишек школьного возраста, которые из всей обуви признают только кроссовки. Неудивительно, что ноги у них сильно потели. Конечно, мы ежедневно их мыли, через день меняли носки, но толку не было. И тогда по совету одной знакомой я вытащила из кроссовок стельки, днища намазала клеем и насыпала туда немного угольного порошка. Оказалось, что «угольная» прокладка отлично впитывает влагу. Теперь у моих детей ноги сухие.

Лидия Коркина, Курск

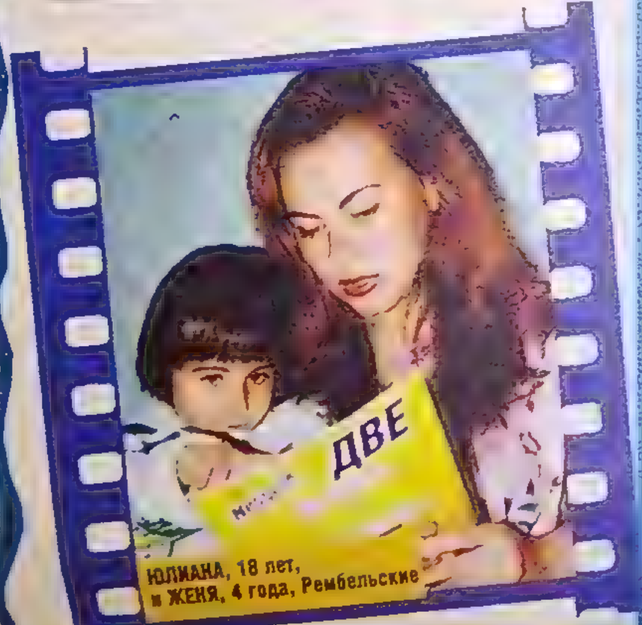
Врач: «Уголь впитывает не только влагу, но и запахи. Сейчас в аптеках появились специальные стельки из древесного угля. Вообще же в таких случаях рекомендуется носить хлопчатобумажные носки и иметь несколько пар обуви, чтобы дать ей возможность просохнуть. Если ничего не помогает, надо сходить к дерматологу - выяснить, не завелся ли на ногах грибок».

Подарок от пчел

Моя дочка имеет дурную привычку облизывать губы на улице, поэтому зимой они у нее все время трескаются. Чем я только не пыталась их вылечить: гигиенической помадой, разными бальзамами, сливочным маслом... Но реально помог только пчелиный воск. Кстати, он хорош еще и тем, что дочка не может его слизать.

Ирина Самылина, Санкт-Петербург

Врач: «Воск - очень хорошее средство, не только смягчающее губы, но и обеззараживающее и заживляющее ранки. В нем много витаминов, в том числе и витамин А, который спасает от заед».



ЮЛИАНА, 18 лет, и ЖЕНЯ, 4 года, Рембельские

Несмотря на большую разницу в возрасте, мы с сестричкой не только любим друг друга, но и очень скучаем, когда Женя уходит в садик, а я на лекции. Она почти во всем меня копирует, а я стараюсь быть для нее примером. Мы вместе читаем, рисуем, танцуем и поем под фонограмму. Ее обожают мои друзья!

Юлиана Рембельская,
г. Кайеркан Красноярского края

Большая Кулинарная Игра

Праздника без праздничного стола не бывает. Это утверждение и доказывать не стоит, потому что уж мы-то знаем, какие гурманы наши читатели и их малышня! А чтобы немного разнообразить наш «Кулинарный конкурс», сделать его пострее, предлагаем вам принять участие в Большой Кулинарной Игре. По рецептам предложенных блюд отгадайте их названия и вместе с фотографией аппетитно уплетающего что-нибудь малыша пришлите в редакцию. Лучшие фотографии станут победителями фотосостязания «Приятного аппетита!». «Кулинарный конкурс» продолжается!

ИВАН Дегтярев, 3 года, Димитровград, Ульяновской обл.

ВОВА Новиков, 11 мес., г. Кайеркан Красноярского края

По вертикали: 1. Название любимой газеты

По горизонтали: 1. 500 г баранины сварите большими кусками. Выньте мясо, в бульон положите 500 г риса, нарезанные соломкой и спассерованные 3 моркови и 2 луковицы, горсточку изюма, специи и варите до готовности. В готовый рис добавьте масло, перемешайте и выложите в глубокое блюдо рядом вперемешку с тонко нарезанным мясом.

2. 400 г говядины и 3 луковицы пропустите через мясорубку, посолите, поперчите, добавьте 1 ст. ложку варного риса и немного ли- до готовности положите соль, сахар и специи по вкусу. Перед подачей на стол положите сметану и посыпьте зеленью.

4. 100 г сушеных грибов замочите на 8-10 часов в воде. Затем процедите настой, подсолите и варите их до готовности на небольшом огне. Грибы остудите и пропустите через мясорубку. Мелко нарежьте лук, обжарьте на растительном масле и смешайте с грибами. Добавьте соль, сахар и уксус по вкусу.

5. Вареную курицу разрубите на кусочки и остудите. Мелкорубленый лук и чеснок спассеруйте на сливочном масле, добавьте муку и бульон, прокипятите и оставьте настаиваться. ми ломтями, слегка отбейте, положите в глубокую сковороду или кастрюлю. Добавьте 2 ст. ложки уксуса, 2/3 стакана мясного бульона, соль, специи по вкусу и тушите под крышкой до готовности.

8. Смешайте и тщательно взбейте по 1/2 стакана лимонного сиропа, яблочного сока и газированной воды, 1 ст. персикового сока. В бокалы положите ломтики фруктов и кусочек льда, залейте полученным напитком и подавайте с соломинками.

9. Замесите подслащенное крутое [illegible] накройте его салфеткой или крышкой [illegible] те постоять 30-40 мин. Тесто ра[illegible]

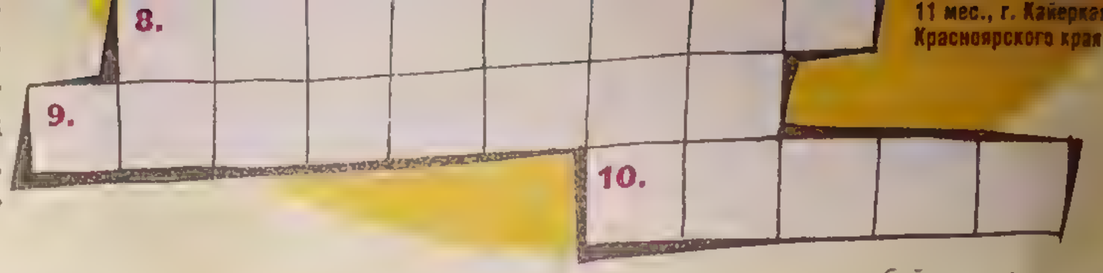
Несмотря на большую разницу в возрасте, мы с сестричкой не только любим друг друга, но и очень скучаем, когда Женя уходит в садик, а я на лекции. Она почти во всем меня копирует, а я стараюсь быть для нее примером. Мы вместе читаем, рисуем, танцуем и поем под фонограмму. Ее обожают мои друзья!

Юлиана Рембельская,
г. Кайеркан Красноярского края

Мы с сестрой живем в любви и согласии. Я готовлю ей вкусный чай и мою горшок. Она режет овощи мне на салат и делится единственной конфеткой. Я чищу ей ботинки. Она прячет меня от дождя под зонтик. Однажды под Новый год я сделал ей прическу ножницами. Она в ответ постригла мою игрушечную обезьяну. Если мы ссоримся, то лишь немного пощиплем друг друга, поплачем в один голос и тут же начинаем обниматься и целоваться.

Митя Герасимов, Саратов

малыша пришлите в редакцию. Лучшие фотографии станут победителями фотосостязания «Приятного аппетита!». «Кулинарный конкурс» продолжается!



11 мес., г. Кайеркан Красноярского края

По вертикали: 1. Название любимой газеты.

По горизонтали: 1. 500 г баранины сварите большими кусками. Выньте мясо, в бульон положите 500 г риса, нарезанные соломкой и спассерованные 3 моркови и 2 луковицы, горсточку изюма, специи и варите до готовности. В готовый рис добавьте масло, перемешайте и выложите в глубокое блюдо рядами вперемешку с тонко нарезанным мясом

2. 400 г говядины и 3 луковицы пропустите через мясорубку, посолите, поперчите, добавьте 1 стакан отварного риса и немного лимонного сока, разведенного в воде. Все хорошенько перемешайте, положите на предварительно ошпаренные листья свежей капусты и, свернув конвертиками, положите в глубокую сковородку, залейте 2 стаканами мясного бульона, добавьте обжаренный лук, закройте крышкой и томите на слабом огне Когда они будут готовы, влейте сметану и дайте ей закипеть

3. В кипящий бульон положите 300 г нашинкованной капусты Через 10-15 минут добавьте 2 тертые свеклы, 1-2 нарезанные картофелины 2 обжаренные луковицы, 1 нашинкованную морковку и корень петрушки, 1 ст ложку томатной пасты На 5-10 мин. до готовности положите соль, сахар и специи по вкусу. Перед подачей на стол положите сметану и посыпьте зеленью.

4. 100 г сушеных грибов замочите на 8-10 часов в воде. Затем процедите настой, подсолите и варите их до готовности на небольшом огне. Грибы остудите и пропустите через мясорубку. Мелко нарежьте лук, обжарьте на растительном масле и смешайте с грибами. Добавьте соль, сахар и уксус по вкусу.

5. Вареную курицу разрубите на кусочки и остудите Мелкорубленый лук и чеснок спассеруйте на сливочном масле, добавьте муку и бульон, проварите и оставьте настаиваться. Мелкотолченые грецкие орехи смешайте с сушеной и свежей зеленью, молотым красным перцем, яичными желтками и кипяченым винным уксусом со специями. Добавьте эту смесь в подготовленный соус и вместе с кусочками курицы, помешивая, доведите до кипения

6. Испеките бисквит, придайте ему овальную форму, разрежьте на 3-4 слоя и пропитайте сахарным сиропом Слои бисквита промажьте вареным сгущенным молоком, а верх сливочным кремом, украсьте розочками из сливочного крема и ягодами из компота В сгущенное молоко и крем можно добавить измельченные грецкие орехи

7. 600 г свиного окорока нарежьте тонкими ломтями, слегка отбейте, положите в глубокую сковороду или кастрюлю. Добавьте 2 ст. ложки уксуса, 2/3 стакана мясного бульона, соль, специи по вкусу и тушите под крышкой до готовности.

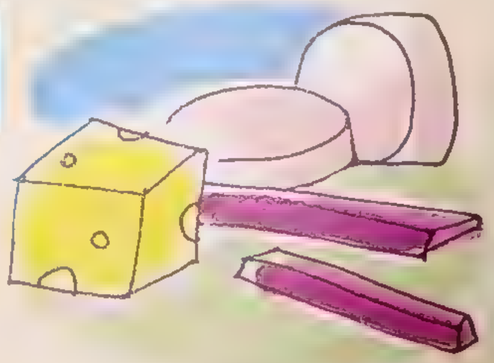
8. Смешайте и тщательно взбейте по 1/2 стакана лимонного сиропа, яблочного сока и газированной воды, 1 ст. персикового сока. В бокалы положите ломтики фруктов и кусочек льда, залейте полученным напитком и подавайте с соломинками.

9. Замесите подслащенное крутое тесто, накройте его салфеткой или крышкой и дайте постоять 30-40 мин. Тесто разрежьте на куски, каждый кусочек раскатайте скалкой в тонкий кружок. На одну половинку кружка положите начинку, накройте второй половинкой и защипите края. Начинка: 3 ст. ложки изюма смешайте с 500 г творога, солью, 2 ст. ложками сахара и 1 яйцом. Варите в кипящей воде 5 мин., перед подачей на стол добавьте сметану.

10. По 100 г ветчины и курицы, 1 соленый огурец нарежьте мелкой соломкой, 50 г сыра, 1 вареное яйцо и 4 зубчика чеснока потрите на терке. Заправьте майонезом, смешанным с томатным соусом или кетчупом. Сверху украсьте тертым сыром, ломтиками яблока или груши, листиками петрушки.

ОБЕД ИЗ РАДУГИ

Если ребенок плохо ест, предложите ему обед из радуги. Возьмите формочку с ячейками для приготовления кубиков льда или от шоколадных конфет. В каждую ячейку положите кусочки разноцветных, богатых витаминами и питательными веществами продуктов. Можно налить любимые ребенком соусы и приправы, чтобы он макал в них кусочки мяса, овощей, фруктов, хлеба. А можно нарезать продукты разной формы: сыр - кубиками, отварную морковь или свеклу - брусочками, банан - колесиками, вареные яйца - дольками, макароны - звездочками или бревнышками и так далее. Моя годовалая Виктория с удовольствием берет из ячеек разные кусочки и набивает ими полный рот. Так - весело и вкусно!



Наталья Пивкина,
ст. Ладожская Краснодарского края

Ответы на сканворд (на стр. 16)

■	П	■	Т	■	С	■	Н	О	С
Р	О	С	О	М	А	Х	А	■	А
■	Л	■	Л	■	Ц	■	Р	О	М
Б	Е	Р	Е	Г	И	Н	Я	■	Б
А	■	У	Д	А	В	■	Д	Н	О
К	А	Л	О	Р	И	Я	■	А	■
Л	■	Е	■	Ш	■	Г	О	Н	Г
А	К	Т	Р	И	С	А	■	Д	О
Г	■	К	Е	Н	Т	■	А	У	Л
А	Р	А	К	■	Р	А	Б	■	Ь
■	Я	■	С	Т	А	К	А	Н	■
А	С	Я	■	У	Х	А	Ж	Е	Р
■	К	Р	А	Б	■	Б	У	Б	А
З	А	Д	■	О	Г	А	Р	О	К

КОНКУРС!

ЕЖЕМЕСЯЧНО 100 конструкторов «ЛЕГО» для наших читателей

НОВИНКИ ОТ «ЛЕГО»

Гоночная машина

Город Пожарная бригада

Серебряный чемпион

Карла в зимнем лагере

Укажи в купоне название приза, который ты хотел бы выиграть.

Большое футбольное поле

Дрейфующая станция

Атака войска быков

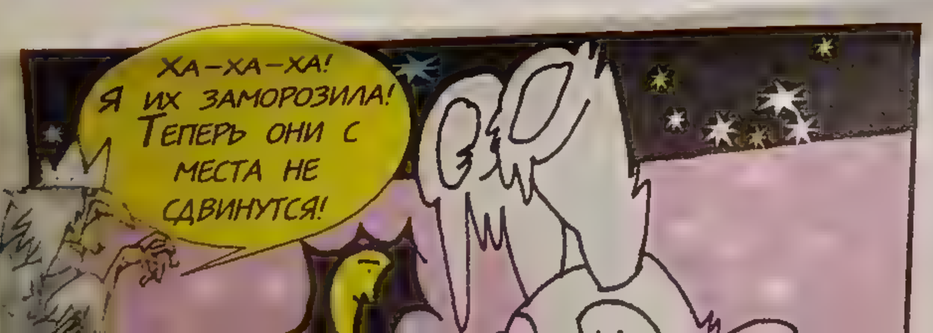
Звёздные войны Корабль Тысячелетия

Транспортировка Ти-Рексов

Робоайдер Лава

Гонщик Ракета

Королевская карета



№ 12 2000

Для детей

Развлечения головоломки и игры

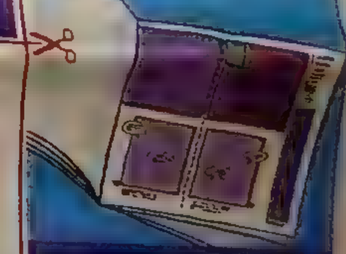
Новогодние

ПРИКЛЮЧЕНИЯ Вырастайки в Лапландии

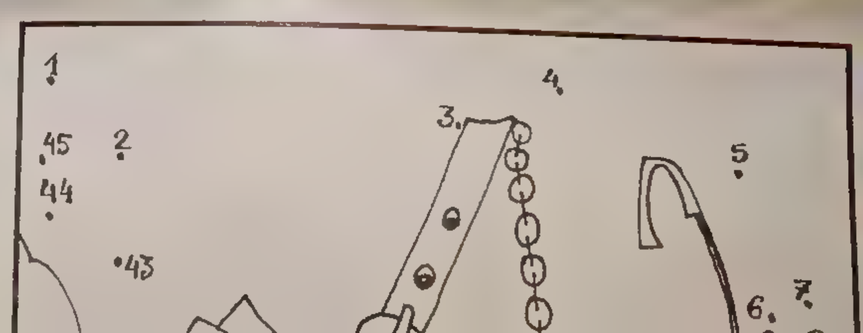
КНИЖКА-САМОДЕЛКА

Дорогие бабушки и мамы, дедушки и папы! Мы приготовили вашим детям и внукам подарок-книжку. Но не обыкновенную, а книжку-самоделку.

1. Пожалуйста, аккуратно отогните скрепки и выньте центральный разворот из газеты.



2. Отрежьте боковые колонки с



Рано торжествует Снежная Злюка! Раскрась картинку – Вырастайка и Юпитер отогреются и оживут.

Не к добру разболтались путешественники! Ведь на дереве сидит, во все стороны глядит Ворона Белая. Соединишь точки по порядку – её увидишь!

КНИЖКА-САМОДЕЛКА

3. Согните их пополам по пунктирным линиям так, чтобы первой сверху оказалась **обложка**, второй – страничка 3, третьей – 5, четвёртой – 7.

4. Теперь вложите последовательно одну часть в другую так, чтобы не нарушать порядка страничек в будущей книжке.

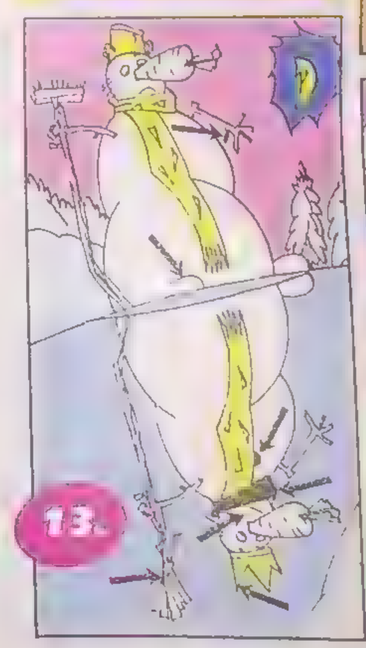
5. Сшейте

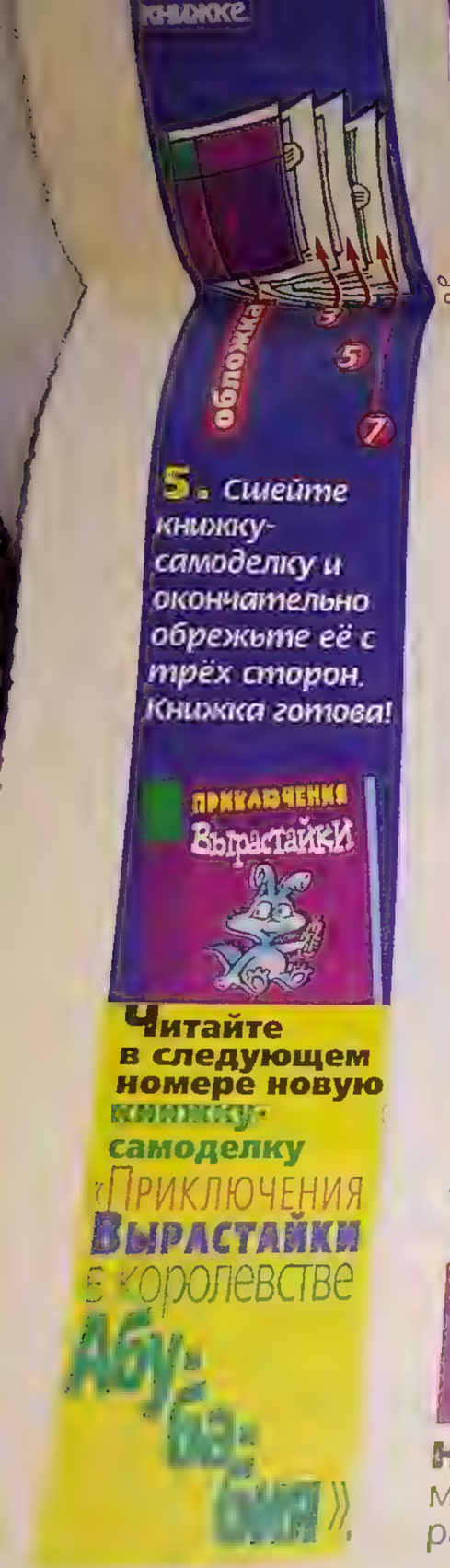
Какую ёлочку посадили Вырастайка и Юпитер? У неё самое большое число шишек. Слева от ствола шишек меньше, чем справа. И на ней сидит птичка.

ОТВЕТЫ

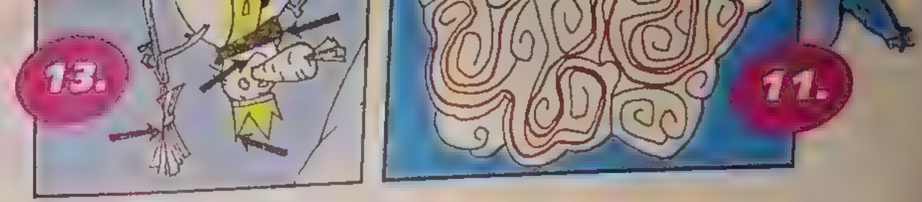
ЧИТАЙ С ЗЕРКАЛОМ

2. № 4.
7. Ваше
Хомяк-он
Волшебство!
Выдра-тонка ветка
Дедушка Мороз
подарок.
Примите меры!
Белая Ворона.
14. 19 клубнек.





Какую ёлочку посадили Вырастайка и Юпитер? У неё самое большое число шишек. Слева от ствола шишек меньше, чем справа. И на ней сидит птичка.



Неустрашимого Зайца боятся даже волки: ведь морковкомёт у него волшебный. Сколько серых разбойников испугались длинноухого и попрятались?

Зря угрожает Снежная Королева! С твоей помощью Вырастайка и Юпитер обязательно проберутся сквозь снежный лабиринт. Смело берись за дело!

4

Чтобы добраться до Лапландии, нужно выбрать снегоход понадёжнее. Самый надёжный, конечно, тот, который не отличается от рекламного. Найди его!

13

Волшебная морковка превратила Снежную Королеву в Снежную Бабу. Между оригиналом и отражением есть **7** отличий. Найди их.

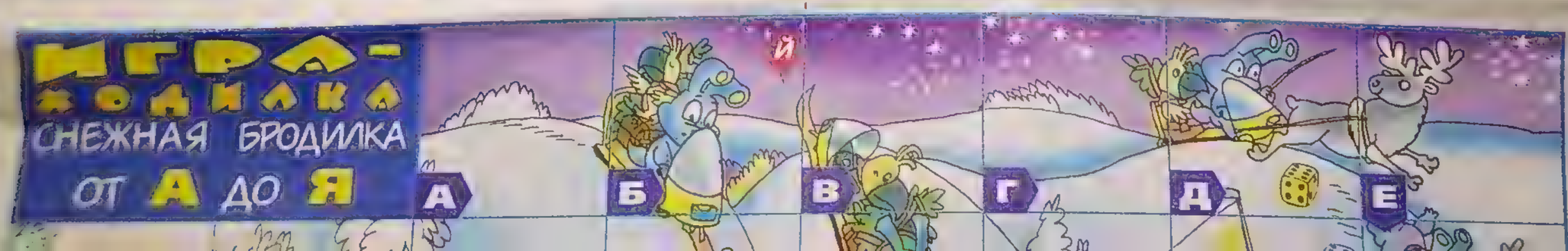
КОНКУРС!

ЕЖЕМЕСЯЧНО!

100 конструкторов **«ЛЕГО»** разыгрываются среди читателей, приславших правильные ответы на три задания конкурса.

ВЫИГРАЙ ПРИЗ!

КУПОН ДЛЯ УЧАСТИЯ В КОНКУРСЕ «ЛЕГО»



Впиши ответы на задания в пустые прямоугольники. Затем отрежь купон и отправь

Чтобы добраться до Лапландии, нужно выбрать снегоход понадёжнее. Самый надёжный, конечно, тот, который не отличается от рекламного. Найди его!

Волшебная морковка превратила Снежную Королеву в Снежную Бабу. Между оригиналом и отражением есть **7** отличий. Найди их.

ИГРА-ХОДИЛКА

СНЕЖНАЯ БРОДИЛКА ОТ А ДО Я

ПРАВИЛА ИГРЫ

Установите фишки на делении **А** и по очереди бросайте кубик. Передвигайте фишки на столько делений с буквами, сколько точек на нём выпадет. Буква на стрелке подскажет, на какое деление нужно передвигать фишку. Побеждает тот, кто первым доберётся до избушки Деда Мороза.

Условные знаки дополнительный ход

пропуск хода

ВЫИГРАЙ ПРИЗ!

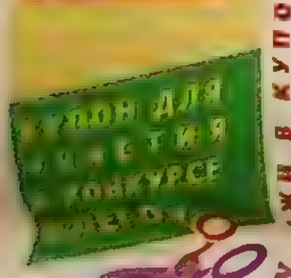
КУПОН ДЛЯ УЧАСТИЯ В КОНКУРСЕ «ЛЕГО»

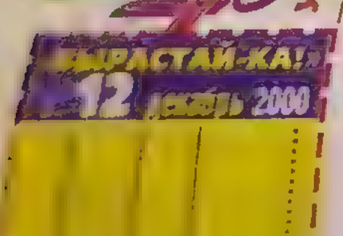
Впиши ответы на задания в пустые прямоугольники. Затем отрежь купон и отправь нам по почте.

1 задание 4 задание 10 задание

КОНКУРС «ЛЕГО»

Письма с ответами высылайте по адресу: 125284 Москва, а/я 42. На конверте сделайте пометку «Конкурс «ЛЕГО». Последний день отправки – 1 июля 2001г.

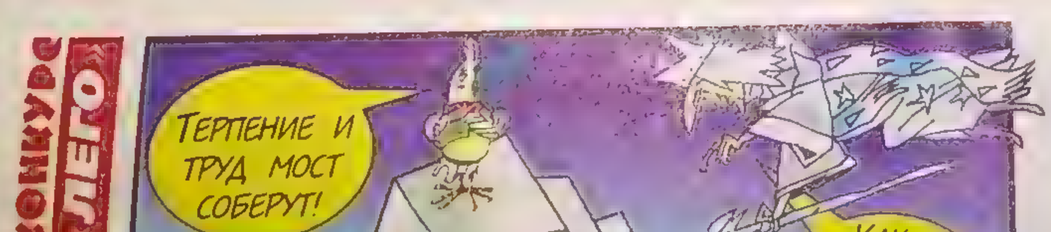


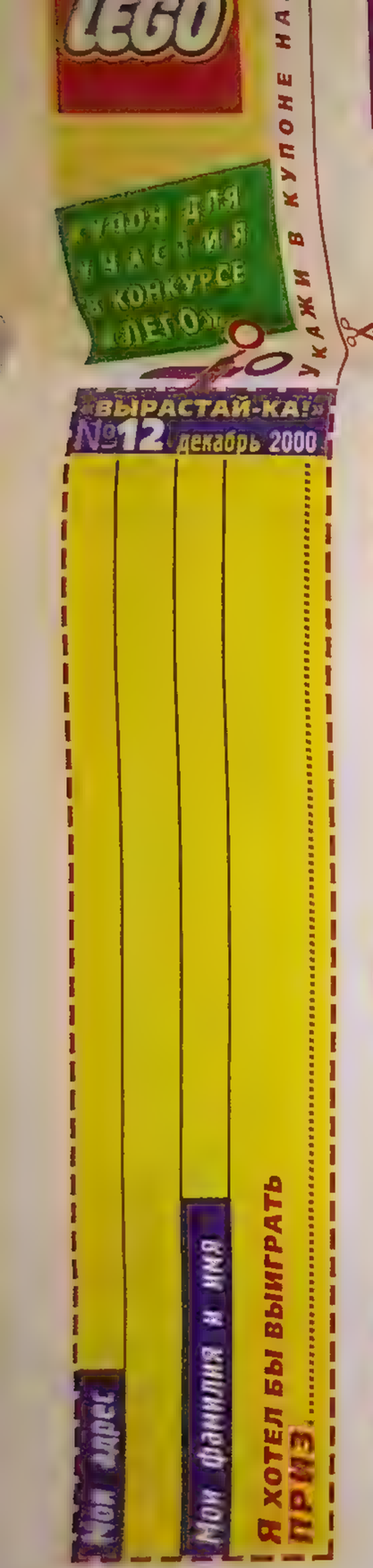


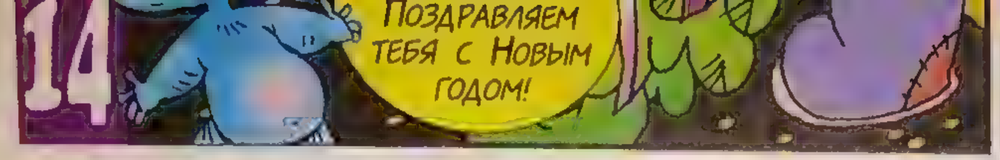
У КЛЖИ В КУПОНЕ НАЗВАНИЕ ПРИЗА, КОТОРЫЙ ТЫ ХОТЕЛ БЫ ВЫИГРАТЬ.

На прощание – последнее в этом году задание: сосчитай все подарки, которые приготовил Дед Мороз.

Внимательно рассмотри игрушки на левой половине ёлочки и найди такие же на правой. У какой игрушки нет пары?







На прощание – последнее в этом году задание: сосчитай все подарки, которые приготовил Дед Мороз.

Внимательно рассмотри игрушки на левой половине ёлочки и найди такие же на правой. У какой игрушки нет пары?

Раскрасьте!

Напрасно клянётся Снежная Владычица! В обломках разберись, ледяной мост восстанови – пусть Вырастайка и Юпитер дальше помчатся.

Прочитаешь шифровку – узнаешь, почему разгневалась Снежная Королева. Приготовься к сражениям: заточи цветные карандаши и расчехли фломастеры.

Ненавистный РЕБЕНОК

Тема нашего сегодняшнего разговора, наверное, самая трудная и самая деликатная из всех, что мы уже касались на страницах своей газеты. Многим может показаться, что такого и быть не может: как это, не любить ребенка, тобой же рожденного? Однако случается и такое... Порой жизнь ставит женщину в невыносимо трудные обстоятельства, меняются ее планы, рушатся мечты, надежды превращаются в прах. И тогда весь свой гнев за неудавшуюся жизнь женщина обрушивает на... ребенка. Не будем торопиться осуждать ее за это, постараемся разобраться и помочь.

Крик души

Года два назад в редакцию пришло чудовищное письмо - совсем молодая девушка просила помочь продать ее еще не родившегося ребенка. Марина писала, что забеременела после изнасилования. В милицию девушка не пошла: в маленьком поселке, где она жила, все друг друга знают, и ей бы никогда не удалось отмыться от позора. О беременности не думала, задержки случались и раньше, но однажды она почувствовала, что внутри что-то зашевелилось... Врачи делать аборт отказались - срок слишком большой. Мечты Марины уехать в город, поступить в институт, а не работать от зари до зари за копейки, как мать с отцом на местном мыловаренном заводе, рухнули. Если ребенка продать, рассуждала девушка, и деньги на образование появятся, и ребенок будет расти в обеспеченной семье. Тем более что сотни бесплодных семей жаждут усыновить здорового малыша.

Мы связались с Мариной по телефону, посочувствовав ей и постаравшись ободрить, твердо объяснили, что не оказываем подобных услуг, которые, кстати говоря, преследуются по закону. И, признаться, вздохнули с облегчением, когда некоторое время спустя Марина позвонила в редакцию и, захлебываясь от счастья, рассказала, что родила прекрасного мальчика, которого сразу же полюбила всей душой, и теперь очень сожалеет о том глупом письме. Никому, сказала она, я свое сокровище не отдам, сын мой и только мой!..

Мы порадовались вместе с молодой мамой и больше не вспоминали об этой истории. Но недавно в редакцию пришло второе письмо от Марины.

«Так вышло, что мне больше не к кому обратиться, только вы знаете, как все случилось. Я сделала все, чтобы забыть тот

Марина, вы не одиноки!

Комментарий детского психолога Евгении СЕРБИНОЙ:

- Увы, такое случается довольно часто: в сердце женщины место материнской любви и нежности занимают раздражение, гнев и даже ненависть к ребенку. Пытаясь объяснить причины своей агрессии, они ссылаются на плохое поведение, дурные привычки, тяжелый характер сына или дочери. Хотя достаточно понаблюдать за ребенком или поподробнее расспросить маму о его поведении, как становится ясно, что «исчадие ада» ничем не отличается от своих ровесников. Просто мама, которой не удается понять настоящие причины своего раздражения, пытается таким образом объяснить, а точнее, оправдать, переполняющие ее чувства.

Что же на самом деле может стоять за ненавистью матери к ребенку? Чаще всего подобные проблемы возникают с нежеланными детьми. Оно и понятно: ребенок, рождение которого помешало женщине построить жизнь так, как ей хотелось бы (например, лишил возможности получить образование, сделать карьеру), становится источником неприятных эмоций. Однако признаться себе в том, что она злится на ребенка за несложившуюся жизнь, маме тяжело - она прекрасно понимает, что ответственность за появление на свет этого человечка полностью лежит на ней. Вот и возникают претензии к генам, к характеру и т. п.

Но не только незапланированные дети оказываются нежеланными Нередко женщины решаются на материнство, плохо представляя себе, как сильно рождение ребенка изменит их жизнь Не оправдавший мамины радужные планы малыш вскоре после рождения становится кандидатом в ненавистные дети

Женщина, которая привыкла воспринимать мир как заведомо враждебный по отношению к себе (например, сама была нежеланным ребенком), как правило, переносит такое отношение и на своего малыша. Ей кажется, что он плачет, чтобы ей досадить (хотя причина в мокрых пеленках), что любимая ваза была разбита нарочно (а не потому, что оказалась на пути к любимым конфетам). Обстановка в семье, как в случае с Мариной, действительно становится невыносимой. На самом же деле подобный злой умысел крохе до семи лет просто не доступен!

Как бы то ни было, есть один выход из этой трагедии. Мама должна понять, что ребенок ни в чем не виноват и только ЕЕ собственные проблемы стоят за ненавистью к малышу. Признав необъективность своего отношения к ребенку, она гораздо быстрее осознает необходимость научиться себя контролировать.

О том, как это сделать, читайте в следующем номере.

Года два назад в редакцию пришло чудовищное письмо - совсем молодая девушка просила помочь продать ее еще не родившегося ребенка. Марина писала, что забеременела после изнасилования. В милицию девушка не пошла: в маленьком поселке, где она жила, все друг друга знают, и ей бы никогда не удалось отмыться от позора. О беременности не думала, задержки случались и раньше, но однажды она почувствовала, что внутри что-то зашевелилось. Врачи делать аборт отказались - срок слишком большой. Мечты Марины уехать в город, поступить в институт, а не работать от зари до зари за копейки, как мать с отцом на местном мыловаренном заводе, рухнули. Если ребенка продать, рассуждала девушка, и деньги на образование появятся, и ребенок будет расти в обеспеченной семье. Тем более что сотни бесплодных семей жаждут усыновить здорового малыша.

Мы связались с Мариной по телефону, посочувствовав ей и постаравшись ободрить, твердо объяснили, что не оказываем подобных услуг, которые, кстати говоря, преследуются по закону. И, признаться, вздохнули с облегчением, когда некоторое время спустя Марина позвонила в редакцию и, захлебываясь от счастья, рассказала, что родила прекрасного мальчика, которого сразу же полюбила всей душой, и теперь очень сожалеет о том глупом письме. Никому, сказала она, я свое сокровище не отдам, сын мой и только мой!..

Мы порадовались вместе с молодой мамой и больше не вспоминали об этой истории. Но недавно в редакцию пришло второе письмо от Марины.

«Так вышло, что мне больше не к кому обратиться, только вы знаете, как все случилось. Я сделала все, чтобы забыть тот мерзкий февральский вечер, просто вычеркнула его из памяти. Я решила, что воспитаю сына непохожим на его подонка-отца. Ради этого пожертвовала учебой, пошла работать в жэк в чужом городе, за что получила комнату, - родители так и не простили, что я принесла в подоле. Видит Бог, я искренне хотела быть хорошей матерью, безумно любила своего малыша!

Но постепенно я стала ловить себя на мысли, что меня очень многое раздражает в сыне. Он растет капризным, непослушным и злым. Даже моя ласка, кажется, ему не очень-то и нужна. Сейчас Егору полтора года, ломать игрушки и драться с детьми в песочнице - его любимое занятие. Но стоит мне приструнить сына, как он бросается на пол и начинает бить ногами и визжать во все горло. Или бросается на меня с кулаками. В такие минуты я готова от стыда сквозь землю провалиться. Видно, дурную наследственность ничем не исправишь. Уверена, что если бы отцом Егора был не насильник, а нормальный мужчина, то и ребенок бы был совсем другим.

Я ужасно страдаю, потому что ничего не могу с собой поделать. Я родила ребенка, значит, должна вырастить и воспитать, но я его не-на-ви-жу! Каждое утро просыпаюсь с мыслью, что сегодня буду держать себя в руках. Но как только Егор начинает изводить меня, я просто зверею, готова отхлестать эту противную рожицу, которая с возрастом все больше и больше походит на физиономию его папаши. Сын чувствует мое отношение и мстит, делая все назло. В общем, для нас обоих жизнь превратилась в сущий ад. Зря я тогда написала в редакцию, надо было действовать самой и сделать так, как решила. Или, на худой конец, оставить его в роддоме. Это было бы лучшим выходом для нас обоих...»

человечка полностью лежит на ней. Вот и возникают претензии к генам, к характеру и т. п.

Но не только незапланированные дети оказываются нежеланными. Нередко женщины решаются на материнство, плохо представляя себе, как сильно рождение ребенка изменит их жизнь. Не оправдавши мамины радужные планы малыш вскоре после рождения становится кандидатом в ненавистные дети.

Женщина, которая привыкла воспринимать мир как заведомо враждебный по отношению к себе (например, сама была нежеланным ребенком), как правило, переносит такое отношение и на своего малыша. Ей кажется, что он плачет, чтобы ей досадить (хотя причина в мокрых пеленках), что любимая ваза была разбита нарочно (а не потому, что оказалась на пути к любимым конфетам). Обстановка в семье, как в случае с Мариной, действительно становится невыносимой. На самом же деле подобный злой умысел крохе до семи лет просто не доступен!

Как бы то ни было, есть один выход из этой трагедии. Мама должна понять, что ребенок ни в чем не виноват и только ЕЕ собственные проблемы стоят за ненавистью к малышу. Признав необъективность своего отношения к ребенку, она гораздо быстрее осознает необходимость научиться себя контролировать.

О том, как это сделать, читайте в следующем номере

Психологи утверждают:

✔ Дети, выросшие в атмосфере ненависти и раздражения, чаще остальных становятся агрессивными. Они более склонны к употреблению алкоголя и наркотиков, к ранним половым связям и побегам из дома, легко становятся жертвами тоталитарных сект. Такие дети часто болеют, подвержены депрессиям и другим эмоциональным нарушениям. Наконец, есть риск, что они передадут эстафету родительской нелюбви своим будущим детям.

✔ Среди женщин, сохранивших обиду на собственных родителей, гораздо больше плохих мам, чем среди тех, кто вспоминает о своем детстве с теплотой. Скорее всего, из недолюбленных девочек вырастают женщины, не способные на любовь к собственным детям.

✔ Мужчины, напротив, реже, чем женщины, повторяют ошибки своих родителей. Вместо обиды на весь мир они выносят из детства готовность оградить от негативного опыта собственных детей.

✔ Из кандидаток в плохие мамы (отношения с собственными родителями оставляли желать лучшего) действительно становятся плохими только те, в чьем доме нет мира и любви. Если отношения между женщиной и ее мужем сложились удачно, удел матери-ехидны ей не грозит.

Целых полгода мы ведем разговор на самые трудные и, на наш взгляд, актуальные темы. Пытаемся вместе с вами найти выход из наиболее трудных ситуаций, общими силами предотвратить нежелательные последствия наших родительских ошибок. Нужны ли вам такие материалы? Помогают ли они воспитывать детей, правильно строить отношения в семье? Напишите нам об этом, расскажите о проблемах, которые волнуют лично вас. Ваши заботы - наши заботы. Будем делать газету вместе!

КАТЯ Шаркова, 1 год, Москва

Говорим красиво!

Что делать, если малышу три-четыре года, но он... молчит или объясняется с окружающими с помощью жестов, звуков, слогов и отдельных слов? Об этом наша сегодняшняя беседа с врачом-логопедом Анной Яковлевной ГЛИКМАН.

Такое нарушение речевого развития называется алалией. Оно, как правило, возникает как следствие ушибов головы, заболеваний головного мозга, травм во время тяжелых родов. При алалии дети нормально слышат, а значит, задача родителей - помочь им начать говорить. Прежде всего малыша нужно показать детскому невропатологу или психиатру и провести необходимое лечение. Но и про домашние занятия с ребенком забывать нельзя!

С чего начать?

✔ **С разучивания простых звукосочетаний: ам, ав, му, ба. При этом мама должна держать ручку малыша в своей руке и отстукивать по столу столько раз, сколько гласных в слогах (ав - 1 раз, мама - 2 раза).**

✔ *С несложных поручений: принеси книгу, отнеси мяч, положи его в угол.*

✔ *С рассматривания картинок и обсуждения того, что на них изображено: как лает собачка? как мычит корова? Сначала ответы на вопросы формулируются вместе с ребенком*

Развлечения

Мифы о вредных игрушках

Канун Нового года - самое подходящее время развеять мифы, которые наверняка будут вам мешать при выборе подарка для ребенка.

СТАНИСЛАВ Марковский, 2 года 6 мес., Березники Пермской обл.

Миф № 1. Мальчикам - мальчишечьи игрушки, девочкам - девчачьи.

Конечно, неразумно покупать сыну коллекцию Барби, а дочери целый арсенал. Тем не менее не стоит слишком жестко придерживаться политики: мальчикам - машинки, девочкам - куклы. И тем и другим нужны самые разнообразные игрушки. В любом случае играть они в них будут по-разному Мальчик в первую очередь попытается разобраться, как все устроено. А девочка найдет новой игрушке место в любимой игре

Миф № 2. Страшные игрушки порождают страхи.

Наоборот, они учат малышей преодолевать свои страхи. Общаясь со страшными существами, побеждая и перевоспитывая злодеев, ребенок будет убеждаться в своей смелости и способности контролировать ситуацию, даже если происходит что-то страшное

Миф № 3. Чем больше кукла похожа на человека, а машинка на настоящий «мерседес», тем лучше.

Это справедливо для детей старше 6 лет. Для малышей сходство с реальными предметами не имеет большого значения. Им куда важнее, чтобы с игрушкой можно было делать все, что заблагорассудится. Так что не тратьте деньги на «настоящую» дорогую игрушку, чтобы потом не требовать от ребенка излишне трепетного к ней отношения.

Миф № 4. Играя оружием, ребенок становится агрессивнее.

Оружие не может быть ни причиной, ни следствием агрессивности ребенка. Если он захочет поиграть в войну, то найдет, чем вооружиться. Выводы о повышенной агрессивности можно делать, наблюдая, как ребенок ведет себя с товарищами по игре, при этом сама игра не имеет значения.

Миф № 5. Импортные игрушки создаются без учета отечественных традиций, поэтому вредны.

Обычно эта мысль приходит в голову родителям, потому что такие игрушки слишком не похожи на игрушки их детства. А детям они нравятся и абсолютно не вредят их развитию.

Учимся

ГИРЛЯНДА ИЗ ПУГОВИЦ

Хочу рассказать, как коротать досуг с ребенком 2,5 - 5 лет. Понадобятся всего-навсего пуговицы и иголка с ниткой. Оговорюсь сразу, иголка должна быть большой и толстой, нитку тоже лучше взять потолще или сложить тонкую в несколько раз, а на конце привязать пуговицу. Сначала ребенку нужно показать, как правильно (и безопасно!) держать иголку, как продевать ее в пуговицу. Потом малыш под вашим наблюдением учится делать это сам. У моей дочери, к примеру, получилось не сразу. Ведь это такой титанический труд для малыша! Лучше, если пуговицы будут разных цветов и размеров, тогда гирлянда получится яркой и более забавной. По мере взросления ребенка, можно давать ему задания собрать гирлянду из пуговиц только определенных цветов, в определенном порядке (по

ВЕСЕЛАЯ ПОЕЗДКА

Когда мы едем на машине в гости к бабушке или на природу, то никогда не скучаем. Вот уже несколько лет играем с Денисом в игры, которые с возрастом усложняются.

***«Цепочка из слов»**: арбуз - зонтик - кот...*

***«Пятерка, семерка»**: друг другу даем задания назвать пять (семь) имен мальчиков (девочек), овощей, фруктов, домашних (диких) животных, птиц...*

***«Угадайка»**: водящий задумывает предмет и называет вслух его признаки. Для малышей подсказка - это овощ, это животное... Кто раньше отгадает, тот и победитель.*

***«Назови меня»**: вместе выбираем предмет и по очереди называем его признаки. Выигрывает тот, кто назовет последний признак.*

Эти же игры помогают нам скоротать время в [illegible]

го мозга, травм во время тяжелых родов. При алалии дети нормально слышат, а значит, задача родителей - помочь им начать говорить. Прежде всего малыша нужно показать детскому невропатологу или психиатру и провести необходимое лечение. Но и про домашние занятия с ребенком забывать нельзя!

С чего начать?

✔ С разучивания простых звукосочетаний: ам, ав, му, ба. При этом мама должна держать ручку малыша в своей руке и отстукивать по столу столько раз, сколько гласных в слогах (ав - 1 раз, мама - 2 раза).

✔ С несложных поручений: принеси книгу, отнеси мяч, положи его в угол.

✔ С рассматривания картинок и обсуждения того, что на них изображено: как лает собачка? как мычит корова? Сначала ответы на вопросы проговариваются вместе с ребенком (сопряженная речь), а потом малышу предлагается повторить самому (отраженная речь).

Усложняем задачи!

✔ Осваиваем простые слова-существительные (по картинкам!): па-па, ма-ма, маль-чик.

✔ Переходим к глаголам и простым предложениям: ма-ма си-дит, кош-ка спит, па-па поет.

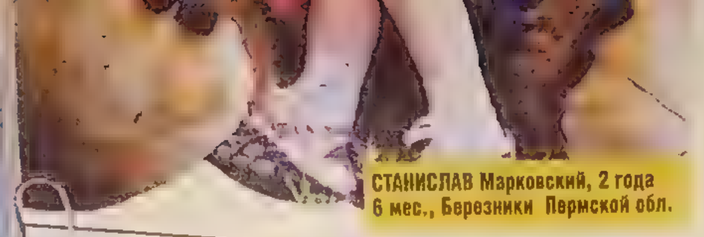
✔ Включаем ребенка в игру: "Туси-гуси", "Раз, два, три - мама, лови!" и т. д.

✔ Переходим к трехсложным словам: со-бач-ку зо-вут Ав-ва, ко-шеч-ка мя-у-чит под столом.

Не забываем отстукивать гласные!

✔ **Очень полезно!** Играть с ребенком в лото, мозаики, лепить из пластилина; давать задания нарисовать что-то определенное, застегнуть и расстегнуть пуговицы на пальто; составлять небольшие рассказы (Вова и Вава пошли гулять в сад, с ними побежала собачка Авва). Побольше общаться со старшими детьми, которым малыш захочет подражать.

✔ **Необходимо!** Делать гимнастику для языка, неба, губ и пальчиковую гимнастику. Набраться терпения и выдержки и повторять упражнения по многу раз. Только так вы сможете помочь своему ребенку!



СТАНИСЛАВ Марковский, 2 года 6 мес., Березники Пермской обл.

Наоборот, они учат малышей преодолевать свои страхи. Общаясь со страшными существами, побеждая и перевоспитывая злодеев, ребенок будет убеждаться в своей смелости и способности контролировать ситуа-

традиции, поэтому вредны.

Обычно эта мысль приходит в голову родителям, потому что такие игрушки слишком не похожи на игрушки их детства. А детям они нравятся и абсолютно не вредят их развитию.

Не скучай!

ГИРЛЯНДА ИЗ ПУГОВИЦ

Хочу рассказать, как коротать досуг с ребенком 2, 5 - 5 лет. Понадобятся всего-навсего пуговицы и иголка с ниткой. Оговорюсь сразу, иголка должна быть большой и толстой, нитку тоже лучше взять потолще или сложить тонкую в несколько раз, а на конце привязать пуговицу. Сначала ребенку нужно показать, как правильно (и безопасно!) держать иголку, как продевать ее в пуговицу. Потом малыш под вашим наблюдением учится делать это сам. У моей дочери, к примеру, получилось не сразу. Ведь это такой титанический труд для малыша! Лучше, если пуговицы будут разных цветов и размеров, тогда гирлянда получится яркой и более забавной. По мере взросления ребенка, можно давать ему задания собрать гирлянду из пуговиц только определенных цветов, в определенном порядке (например, три желтых, три синих, три красных) или одного размера, по возрастающей или убывающей величине. Можно собирать на время или устроить соревнование между несколькими детьми. Только не забывайте о технике безопасности!

Наталья Тыщенко, п. Новошахтинский Приморского края

Польза! Развивает усидчивость, внимание, мелкую моторику рук. Знакомит ребенка с цветами и понятием «больше-меньше».

ВЕСЕЛАЯ ПОЕЗДКА

Когда мы едем на машине в гости к бабушке или на природу, то никогда не скучаем. Вот уже несколько лет играем с Денисом в игры, которые с возрастом усложняются.

«Цепочка из слов»: арбуз - зонтик - кот...

«Пятерка, семерка»: друг другу даем задания назвать пять (семь) имен мальчиков (девочек), овощей, фруктов, домашних (диких) животных, птиц...

«Угадайка»: водящий задумывает предмет и называет вслух его признаки. Для малышей подсказка - это овощ, это животное... Кто раньше отгадает, тот и победитель.

«Назови меня»: вместе выбираем предмет и по очереди называем его признаки. Выигрывает тот, кто назовет последний признак.

Эти же игры помогают нам скоротать время в очереди к врачу, в магазине, когда сынишке нельзя побегать. К нам часто подходят незнакомые дети, чтобы поиграть в эти игры.

О. В. Привалова, Новгород

Польза! Развивает внимание, словарный запас, терпение, наблюдательность.

БУКВЫ НА СТЕКЛЕ

Известно: чтобы успокоить раскапризничавшегося ребенка, нужно переключить его внимание на что-то интересное. Наша бабуля делает так: берет малыша на руки, подходит к окну и дышит на стекло. А потом на запотевшем стекле что-нибудь рисует пальцем - забавную рожицу, буквы или геометрические фигуры. После таких «уроков» наш Ваня в год и четыре месяца вполне осознанно написал букву «о» и всем радостно объявил: «О!»

А еще Ваня очень любит рисовать красками - и пальчиками, и кисточкой. Но чаще всего мы с сынулей рисуем губкой. Берем небольшой кусок поролона и с одной стороны стягиваем его при помощи липкой ленты (скотча) так, чтобы получилась удобная ручка. Губку сначала обмакиваем в воду, слегка отжимаем, а потом - в краску.

Елена Жернакова, Ижевск, Удмуртия

РЕБЯТА И ЗВЕРЯТА

Богдан Духач, 3 мес., со своим другом, Новосибирск-34

Кто сказал «мяу»?

По вашим просьбам, дорогие читатели, мы открываем новую рубрику - о домашних животных и их пользе в воспитании подрастающего поколения. Надеемся, что советы наших консультантов помогут вам правильно выбрать для своего малыша хвостатого друга и воспитать его как настоящего члена семьи. Иллюстрировать новую рубрику мы будем, как обычно, фотографиями ваших малышей. Фотографируйте и присылайте! Лучшие снимки будут опубликованы, а лучшие из лучших получат призы!

- Забота о кошке воспитывает в ребенке чувство ответственности. Обычно дети охотно ухаживают за своим любимцем.
- Животное можно заводить только при согласии всех членов семьи. Правда, многие и не подозревают, что любят животных. Но когда пушистый комочек заберется к ним на колени, млеют от нежности.
- Если кто-то в семье страдает аллергией на шерсть, то заводить кошку нельзя, даже короткошерстную «лысые» животные линяют не меньше лохматых.
- Приготовьтесь, что кошка проведет в вашем доме долгие годы, при хорошем уходе до двадцати лет.
- Кошка требует не только внимания и ласки, но и хорошего ухода. Это чрезвычайно опрятное животное и просто ненавидит грязный туалет - если вовремя не убрать, кошка справит нужду в другом месте. За чистотой миски и за тем, чтобы у кошки всегда была свежая водичка, может следить сам ребенок.
- Молодые кошки обожают обдирать обои, качаться на занавесках, рвать обивку то скорее заводите добрейшее создание, которое к тому же хорошо ладит с детьми.

Сиамские кошки себе на уме, предпочитают одиночество, хотя и среди них встречаются очень ласковые животные.

Если же у вас нет особых претензий к внешности своего питомца, возьмите обычного дворового котенка. «Дворяне» подвижны и веселы, энергичны, редко болеют и умеют ценить доброе к себе отношение. Сделать правильный выбор помогут каталоги пород, кошачьи выставки и фелинологи (специалисты по кошкам).

Все не так страшно!

- Подавляющее большинство кошачьих болезней не заразны для человека. Но все же лучше не выпускать кошку на улицу, где она может полакомиться отбросами, и кормить ее доброкачественной пищей. Не разрешайте ребенку возиться с заболевшим животным!
- Кошачьи царапины, которых не избежать, сразу обработайте зеленкой! Впрочем, коготки можно подстричь самим или в ветлечебнице.

НЕ ТЕЛЕФОННЫЙ РАЗГОВОР

Далеко не все проблемы можно решить по телефону. Поэтому иногда я советую встревоженным мамам показать ребенка психологу, психиатру или невропатологу. К сожалению, многие неохотно следуют подобным рекомендациям. Тема нашего сегодняшнего разговора: почему не надо бояться обращаться к специалистам, чья профессия - забота о психическом благополучии ваших детей.

Евгения Сердина, детский психолог

Психолог

Именно с обращения к психологу удобнее всего начинать поиск профессиональной помощи в том случае, если вас беспокоит развитие ребенка, его поведение или ваши с ним отношения. Поговорив с вами и малышом, психолог определит, нужна ли ребенку медицинская помощь. Если проблема имеет чисто психологические корни, он будет работать с вами сам.

К сожалению, не во всех поликлиниках и детских садах есть штатные психологи, и мамам остается искать частнопрактикующего специалиста или сразу отправляться к врачу.

Психиатр

Врач, которого родители боятся больше всего. На самом деле психиатры занимаются не только серьезными отклонениями в психике. Многие проблемы, с которыми сталкиваются родители здоровых и полноценных детей (страхи, навязчивые действия), целесообразно решать с их помощью. Тем более что психиатры не только прописывают таблетки, они и помогут хорошим психологическим советом. Не надо беспокоиться, что во время визита в психоневрологический диспансер ребенку на всю жизнь выдадут «белый билет». Даже если у него обнаружатся какие-то проблемы, врач не будет спешить с диагнозом, понимая, как это может отразиться на судьбе ребенка.

По вашим просьбам, дорогие читатели, мы открываем новую рубрику - о домашних животных и их пользе в воспитании подрастающего поколения. Надеемся, что советы наших консультантов помогут вам правильно выбрать для своего малыша хвостатого друга и воспитать его как настоящего члена семьи. Иллюстрировать новую рубрику мы будем, как обычно, фотографиями ваших малышей. Фотографируйте и присылайте! Лучшие снимки будут опубликованы, а лучшие из лучших получат призы!

Кошка для городских условий - самое подходящее животное. Но даже маленький котенок требует к себе большого внимания. Поэтому прежде чем взять его домой, надо взвесить все «за» и «против».

Брать или не брать?

● Если вы чувствуете, что вашему малышу не хватает общения, то заводить кошку, наверное, не стоит. Она не так эмоциональна, как собака, и не так привязана к хозяину. С ней нельзя гулять и путешествовать. Но и с кошкой можно по-настоящему дружить: в ответ на ласку она громко мурлычит, с ней весело играть в фантик на веревочке и т.д

● Забота о кошке воспитывает в ребенке чувство ответственности. Обычно дети охотно ухаживают за своим любимцем.

● Животное можно заводить только при согласии всех членов семьи. Правда, многие и не подозревают, что любят животных. Но когда пушистый комочек заберется к ним на колени, млеют от нежности.

● Если кто-то в семье страдает аллергией на шерсть, то заводить кошку нельзя, даже короткошерстную: «лысые» животные линяют не меньше лохматых.

● Приготовьтесь, что кошка проведет в вашем доме долгие годы, при хорошем уходе до двадцати лет

● Кошка требует не только внимания и ласки, но и хорошего ухода. Это чрезвычайно опрятное животное и просто ненавидит грязный туалет - если вовремя не убрать, кошка справит нужду в другом месте. За чистотой миски и за тем, чтобы у кошки всегда была свежая водичка, может следить сам ребенок.

● Молодые кошки обожают обдирать обои, качаться на занавесках, рвать обивку мебели. Чтобы избежать этого, обзаведитесь когтедеркой. А с разбитой посудой и цветочными горшками смиритесь как с неизбежностью

О вкусах не спорят

Сейчас в моде персидские коты - крупные, очень пушистые, с коротким носом. А красота, как известно, требует хорошего ухода. Персов нужно ежедневно вычесывать, протирать им глазки, которые из-за короткого носа слезятся и могут нагнаиваться. Придется и мордочку мыть после еды, и попку после туалета. Если это вас не пугает, то скорее заводите добрейшее создание, которое к тому же хорошо ладит с детьми.

Сиамские кошки - себе на уме, предпочитают одиночество, хотя и среди них встречаются очень ласковые животные

Если же у вас нет особых претензий к внешности своего питомца, возьмите обычного дворового котенка. «Дворяне» подвижны и веселы, энергичны, редко болеют и умеют ценить доброе к себе отношение. Сделать правильный выбор помогут каталоги пород, кошачьи выставки и фелинологи (специалисты по кошкам)

Все не так страшно!

● Подавляющее большинство кошачьих болезней не заразны для человека. Но все же лучше не выпускать кошку на улицу, где она может полакомиться отбросами, и кормить ее доброкачественной пищей. Не разрешайте ребенку возиться с заболевшим животным!

● Кошачьи царапины, которых не избежать, сразу обработайте зеленкой! Впрочем, коготки можно подстричь самим или в ветлечебнице

● Осенью «гулящие» кошки могут принести в дом лишай. Не паникуйте: он легко лечится йодом и мазями. А кошке нужно сделать прививку заранее или во время болезни, чтобы она быстрее поправилась.

● Избавиться от блох можно с помощью противоблошиного ошейника или вымыв кошку специальным составом

Радости от кошки все-таки больше, чем хлопот. А главное, ваш малыш научится заботиться о тех, кто меньше и слабее его.

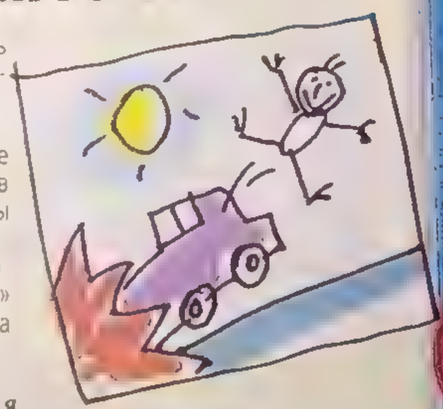
Татьяна Силантьева, фелинолог

Авария со счастливым финалом

Месяц назад мы попали в аварию. По счастливой случайности все обошлось. Но меня беспокоит психологическое состояние сына, которому скоро исполнится четыре года. Он как бы застрял в этой ситуации. Все его игры «в аварии», в которых обязательно что-то падает, разбивается, переворачивается. Еще он стал бояться машин и громких звуков - сразу превращается в комочек с испуганными глазами.

Светлана Ситченко,
Тимашевск Краснодарского края

Играя в аварию, малыш ищет способ победить страхи воспоминаниями об аварии. Он как бы пытается сделать себя хозяином положения, и это помогает ему избавиться от страха. Не запрещайте сыну подобные игры и не ругайте за них. Лучше сделайте их более эффективными. Вмешайтесь в развитие сюжета: организуйте появление бригады спасателей, которые прямо во время полета отремонтируют крыло самолета или успеют эвакуировать всех пассажиров. Постепенно игры «в аварии» станут играми «в предотвращенные катастрофы», а страх перед возможной аварией начнет убывать.



Детский психолог Евгения Калюжная

цинская помощь. Если проблема имеет чисто психологические корни, он будет работать с вами сам.

К сожалению, не во всех поликлиниках и детских садах есть штатные психологи, и мамам остается искать частнопрактикующего специалиста или сразу отправляться к врачу.

Психиатр

Врач, которого родители боятся больше всего. На самом деле психиатры занимаются не только серьезными отклонениями в психике. Многие проблемы, с которыми сталкиваются родители здоровых и полноценных детей (страхи, навязчивые действия), целесообразно решать с их помощью. Тем более что психиатры не только прописывают таблетки, они и помогут хорошим психологическим советом. Не надо беспокоиться, что во время визита в психоневрологический диспансер ребенку на всю жизнь выдадут «белый билет». Даже если у него обнаружатся какие-то проблемы, врач не будет спешить с диагнозом, понимая, как это может отразиться на судьбе ребенка.

Невропатолог

Найти специалиста-невропатолога проще всего, однако нужно учитывать, что это не «мягкий вариант» психиатра. Невропатологи лечат заболевания нервной системы, но не занимаются особенностями личности. Однако и в том случае, когда вы не знаете, какой именно врач нужен ребенку, можно начинать с невропатолога - он перенаправит к нужному специалисту.

Бесплатные консультации психолога
ЗВОНИТЕ
(095) 253-2683
каждый четверг с 13.00 до 19.00


ИРИНКА Капралова, 10 лет, и ее братик.

Когда мой братик появился в нашей семье, я была ужасно рада и помогала маме стирать пеленки, пеленать, греть кашку. Сейчас он подрос, но я все же помогаю маме. Мы с ним играем, разговариваем, он меня внимательно слушает и повторяет за мной. Он уже такой непоседа, везде успевает залезть. Он стал такой интересный, разговорчивый, но немножко непослушный. Ему от мамы попадает, тогда он идет жаловаться мне. Он обнимает меня за шейку, и мы вместе опять смеемся. Вот так и растем, я его очень, очень люблю!

ГЛАВНОЕ: колготки и бабочка!

МОДНЫЙ УГОЛОК

Настоящий праздник, а тем более Новый год, начинается задолго до того, как придет его день. Потому что предвкушение праздника - тоже праздник! Малыш замирает от счастья, когда готовятся подарки, разные вкусности к столу и, конечно же, праздничные наряды. В них он будет самым-самым красивым!

Прежде всего хочу обратить внимание родителей на их собственный внешний вид. Даже если вы нарядите для своих детей роскошную елку и купите от имени Деда Мороза кучу подарков, но сядете за праздничный стол в стареньком халате и потертых джинсах, настоящего праздника не получится. Нарядная одежда - это не просто хорошее настроение. Это особенное, праздничное настроение у вас и ваших близких, это дань уважения семейному торжеству. Дети - народ восприимчивый, они копируют манеры поведения старших. Поэтому, если вы хотите привить малышу культуру домашнего праздника, в первую очередь позаботьтесь о красивой одежде для себя.

Готовить наряд для девочки я бы посоветовала начать с платья. Если нет возможности купить по такому случаю новое, значит, нужно обновить то, которое уже есть. Мобилизуйте фантазию: пришейте новый воротничок, яркий бантик и поясок, вышейте бисером кокетку, сшейте или свяжите контрастный по цвету или в тон основному рисунку маленький жилетик. А потом переходите к аксессуарам. Никаких тапочек и ботинок! Легкие туфельки, новые колготки, нарядная заколка или бант в волосы. Малышка должна почувствовать себя маленькой принцессой!

Мальчики, как правило, менее прихотливы в одежде, но и об их костюме забывать нельзя. Свитер, джинсы и кроссовки, даже абсолютно новые, приберегите для другого дня. Светлая рубашечка с галстуком или бабочкой, темные брюки с жилетом или пиджаком


НИКИТА Яковлев, 2 года 3 мес., и ТАНЯ Ерошкина, 4 года, Волхов Ленинградской обл.

няка понравится не только родителям, но и самому себе. А это очень важно для воспитания чувства мужского достоинства!

И самое главное: ребенок должен знать, что в его персональном гардеробе есть специальная одежда для особенно торжественных случаев. Новый год - как раз тот самый случай.

Всех, кому уютно и интересно в нашем «модном уголке», поздравляю с

Однажды дедушка дал Коле денег на шоколадку. Он взял деньги и молчит. Мама говорит Коле: «Сыночек, что нужно сказать дедушке?» А Коля в ответ: «Дай еще!»

ИРИНКА Капралова, 10 лет, и ее братик.

Когда мой братик появился в нашей семье, я была ужасно рада и помогала маме стирать пеленки, пеленать, греть кашку. Сейчас он подрос, но я все же помогаю маме. Мы с ним играем, разговариваем, он меня внимательно слушает и повторяет за мной. Он уже такой непоседа, везде успевает залезть. Он стал такой интересный, разговорчивый, но немножко непослушный. Ему от мамы попадает, тогда он идет жаловаться мне. Он обнимает меня за шейку, и мы вместе опять смеемся. Вот так и растем, я его очень, очень люблю!

Иринка Капралова, Велиж Смоленской обл.

КОЛЯ Нестеренко, 1 год 2 месяца, и ОЛЯ Дернова, 10 лет.

Я очень долго упрашивала родителей родить мне братика или сестренку. Ходила и пела: «У меня сестренки нет, у меня братишки нет». Когда появился Коля, я очень обрадовалась. Помогала родителям всем, чем могла, ведь я взрослая. Мы любим играть в ванне, правда, после нас на полу остается целое море, но зато как весело!

Оля Дернова, Москва

праздничное настроение у вас и ваших близких, это дань уважения семейному торжеству. Дети - народ восприимчивый, они копируют манеры поведения старших. Поэтому, если вы хотите привить малышу культуру домашнего праздника, в первую очередь позаботьтесь о красивой одежде для себя

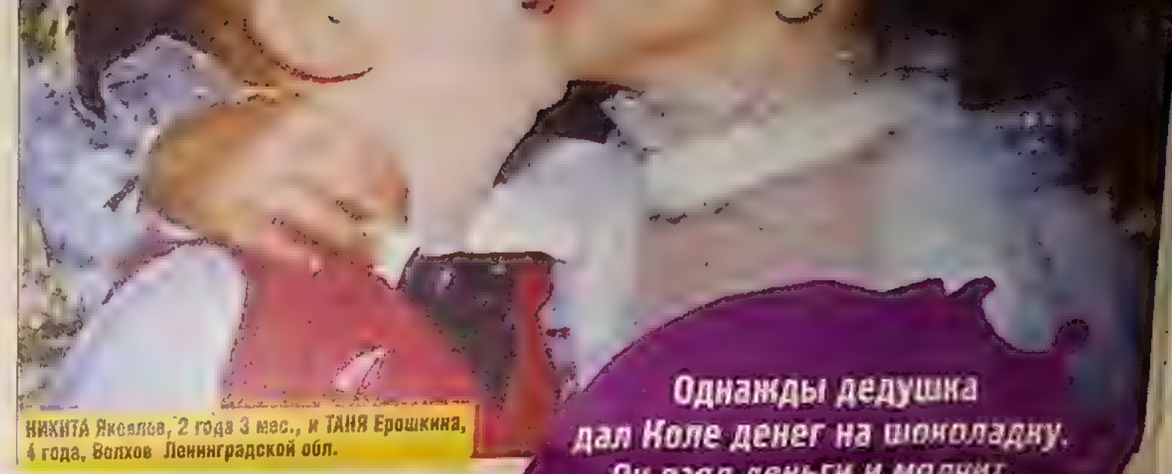
Готовить наряд для девочки я бы посоветовала начать с платья. Если нет возможности купить по такому случаю новое, значит, нужно обновить то, которое уже есть. Мобилизуйте фантазию: пришейте новый воротничок, яркий бантик и поясок, вышейте бисером кокетку, сшейте или свяжите контрастный по цвету или в тон основному рисунку маленький жилетик. А потом переходите к аксессуарам. Никаких тапочек и ботинок! Легкие туфельки, новые колготки, нарядная заколка или бант в волосы. Малышка должна почувствовать себя маленькой принцессой!

Мальчики, как правило, менее прихотливы в одежде, но и об их костюме забывать нельзя.Свитер, джинсы и кроссовки, даже абсолютно новые, приберегите для другого дня. Светлая рубашечка с галстуком или бабочкой, темные брюки с жилетом или пиджаком, начищенные до блеска ботинки в таком виде маленький мужчина наверняка понравится не только родителям, но и самому себе. А это очень важно для воспитания чувства мужского достоинства!

И самое главное: ребенок должен знать, что в его персональном гардеробе есть специальная одежда для особенно торжественных случаев. Новый год - как раз тот самый случай

Всех, кому уютно и интересно в нашем «модном уголке», поздравляю с самым лучшим на свете праздником!

Марина Маро, детский модельер



НИКИТА Яковлев, 2 года 3 мес., и ТАНЯ Ерошкина, 4 года, Волхов Ленинградской обл.

Однажды дедушка дал Коле денег на шоколадку. Он взял деньги и молчит. Мама говорит Коле: «Сыночек, что нужно сказать дедушке?» А Коля в ответ: «Дай еще!»

КОЛЯ Казорин, 4 года, с. Большой Телек Красноярского края.

Почему не учатся уроки?

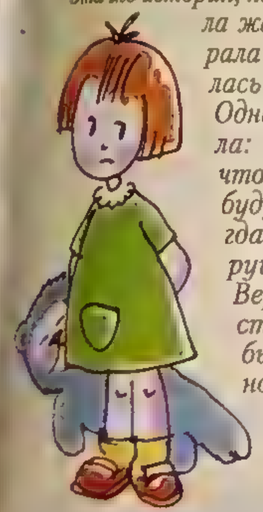
Для многих семей, в которых есть первоклассники, домашние задания превращаются в стихийное бедствие. В результате кто-то пеняет на то, что в школе слишком много задают, кто-то упрекает в лени свое чадо. Как же помочь начинающему школьнику?

Что происходит?	В чем проблема?	Как ее решать?
Ребенок часами просиживает за уроками. Результат исписанный каракулями тетрадный лист и изгрызенная ручка	Ваш ребенок еще не умеет концентрироваться на выполнении задания	Помогите ребенку правильно организовывать свою работу. Часы с большим циферблатом и план работы над уроками помогут решить эту проблему.
Неожиданно войдя в комнату, малыша можно обнаружить играющим под письменным столом	Ваш ребенок, как и многие его ровесники, неусидчив	Попробуйте разбить домашние задания на несколько этапов с небольшими переменками и перенести рабочее место малыша поближе к вашему.
О том, что ребенок не выполняет домашние задания, мама узнает на родительском собрании. Малыш скрывает, что ему задано.	Это еще не повод считать ребенка вруном. Дети, в отличие от взрослых, не умеют учитывать последствий своих поступков.	Возможно, вы слишком сурово наказываете его за неопрятные тетради или на уроки уходит так много времени, что на развлечения ничего не остается. Будьте снисходительнее и найдите способ ускорить выполнение уроков (см. приемы, описанные выше).
Без родительской помощи уроки не учатся. Вам кажется, что ребенок не усваивает полученный в школе материал.	Скорее всего, дело в неумении ребенка слушать учителя.	Потренировать внимание можно в театре, на экскурсии и у телевизора. Заранее скажите ему, что собираетесь обсудить услышанное и увиденное. К тому же постарайтесь выявить и заполнить пробелы в знаниях.

Родительское собрание

МАЛЕНЬКАЯ ЖАДИНА

Хочу рассказать о том, как отучила свою дочку жадничать. Я воспитываю Иришку одна и стараюсь делать все, чтобы она ни в чем не нуждалась. Может быть, поэтому она жалела свои игрушки и никому не давала в них играть. Однажды к нам в гости пришла моя подруга с дочерью Ольгой. Оля увидела куклы Иришки и взяла одну поиграть. Ира тут же подбежала, заплакала и отобрала игрушку. Я взяла у дочки куклу и говорю: «Раз ты не даешь игрушки своим друзьям, то они не достанутся и тебе» - и положила куклу на видное место. Эта же история, когда Иришка начинала жадничать, а я отбирала игрушки, повторилась еще три раза. Однажды она мне сказала: «Мама! Я обещаю, что никогда больше не буду жадничать и всегда поделюсь своими игрушками с друзьями. Верни мне их, пожалуйста!» С тех пор мы забыли, что такое жадность.



Марина Воробьева, Осинники-6 Кемеровской обл.

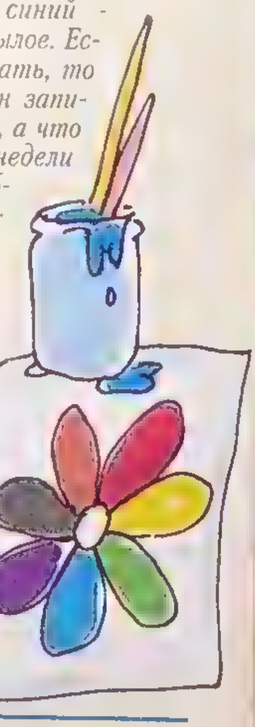
ДОМАШНИЙ ПЛАСТИЛИН

Хочу поделиться рецептом изготовления домашнего пластилина. Он намного лучше магазинного: не липнет к рукам, легко отстает от одежды и любой другой поверхности. Наша дочка Алиса очень любит раскатывать пластилин скалкой и вырезать формочки «печеньки». Этот пластилин не принесет вреда ребенку, потому что он съедобный, но, к сожалению, не очень вкусный. Хранить его надо в холодильнике в герметичной упаковке. А теперь сам рецепт. Смешайте 400 г муки, 200 г соли и 2 ст. ложки квасцов (продаются в аптеке). Затем влейте в смесь 0,5 л кипящей воды и, постоянно помешивая, добавьте 3-4 ст. ложки растительного масла. Готовую массу можно подкрасить пищевой краской, не содержащей сахара.

Семья Гроше, Мюнхен, Германия

РАЗНОЦВЕТНОЕ НАСТРОЕНИЕ

У детей, как и у нас, взрослых, настроение бывает разным. Когда оно хорошее, то все нравится, все ладится, а когда плохое, то окружающее как бы окрашено в черный цвет. Нужно обязательно научить ребенка управлять чувствами, но для этого необходимо научить его оценивать свое настроение. Сделать это не так уж трудно, надо просто научиться наблюдать за собой. Нарисуйте вместе с малышом цветик-семицветик и договоритесь, что каждый день в течение недели он будет раскрашивать по одному лепестку. Условные обозначения такие: красный цвет - восторженное настроение, желтый - приятное, зеленый - спокойное, синий - грустное, черный - унылое. Если ребенок умеет писать, то будет хорошо, если он запишет, что его огорчало, а что радовало. В конце недели нужно обязательно обсудить все его наблюдения и подвести итоги. То же самое можно сделать в конце месяца, потом в конце четверти. Вот увидите, вам станет легче общаться с ребенком, будете знать все, что его волнует, а он станет больше вам доверять.



Надежда Мурадова, Воронежская обл.

ДОМ БЕЗ ДЫМА

«Прочитала вашу статью «Дети и курение» с большим интересом и пользой. После того,

Анализ

Через две недели перечитайте свой дневник. Скорее всего, вы обнаружите, что существует всего несколько ситуаций, в которых вы закуриваете. Разберем наиболее типичные примеры.

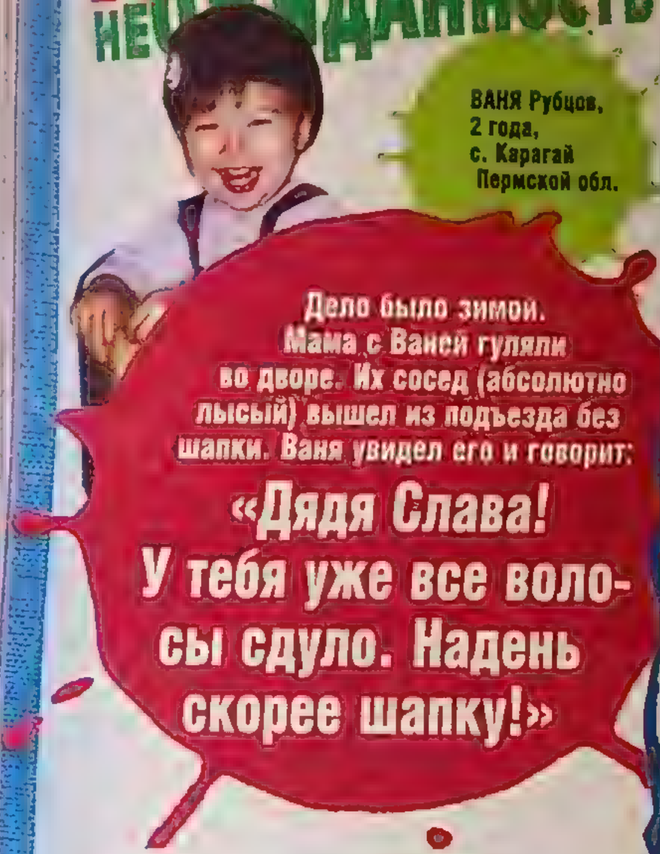
1. Перекур на работе - сигарета помогает вам ощущать свою причастность к коллективу

2. Ожидание курение успокаивает, избавляет от тревоги

3. Ссора - сигарета в дрожащей руке как способ обвинить во всем мужа (жену, родителей и т. д.).

4. Привычный ритуал - удовольствие от кофе с сигаретой в хорошей компании

Детская неожиданность



ВАНЯ Рубцов, 2 года, с. Карагай Пермской обл.

Дело было зимой. Мама с Ваней гуляли во дворе. Их сосед (абсолютно лысый) вышел из подъезда без шапки. Ваня увидел его и говорит:

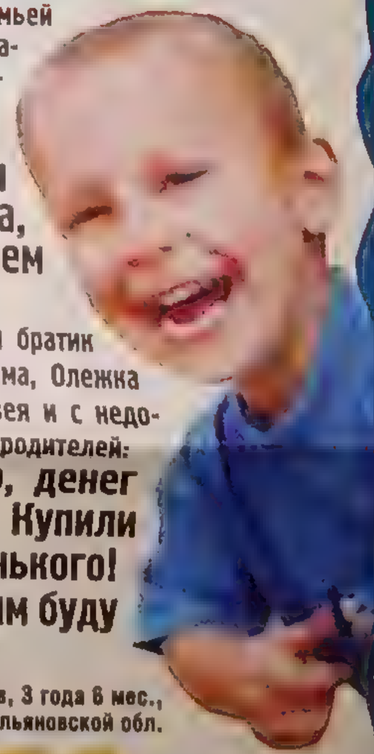
«Дядя Слава! У тебя уже все волосы сдуло. Надень скорее шапку!»

Когда всей семьей ждали второго малыша, родители часто говорили Олежке:

«Вот купим тебе братика, и будет с кем поиграть».

Но когда мама и братик приехали из роддома, Олежка посмотрел на Матвея и с недоумением спросил у родителей:

«У вас что, денег не хватило? Купили такого маленького! Как же я с ним буду играть?»



ОЛЕЖКА Егоров, 3 года 6 мес., р.п. Ишеевка Ульяновской обл.

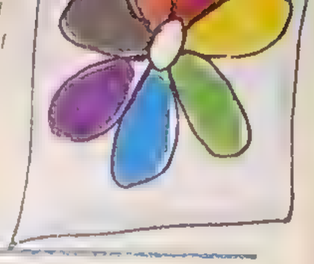
ста!» С тех пор мы забыли, что такое жадность.

Марина Воробьева, Осинники-6 Кемеровской обл.

РАЗНОЦВЕТНОЕ НАСТРОЕНИЕ

У детей, как и у нас, взрослых, настроение бывает разным. Когда оно хорошее, то все нравится, все ладится, а когда во плохое, а он ста нет больше вам доверять

Надежда Мурадова, Воронежская обл.



ДОМ БЕЗ ДЫМА

«Прочитала вашу статью «Дети и курение» с большим интересом и пользой. После того, что мы с мужем узнали о вреде никотина для детей, твердо решили бросить курить. Однако использовать лекарственные средства нам бы не хотелось. Есть ли для этого какие-то психологические приемы?»

Анна Симонова, Саратов

Отвечает психолог Сергей ПОЛИЙ:

- В большинстве случаев зависимость от курения носит скорее психологический, чем физиологический характер. Чтобы убедиться в этом, надо разобраться, зачем вы курите. Попробуем сделать это с помощью «дневника курильщика»

Подготовка

Наберитесь терпения на две недели отмечайте в дневнике каждую выкуренную сигарету и описывайте, при каких обстоятельствах это произошло. Туда же заносите свои маленькие победы, когда вам хотелось закурить, но вы этого не сделали

Очень важно! Весь подготовительный период не ограничивайте себя в курении, но аккуратно ведите дневник Вам будет проще правильно ответить на вопрос «Зачем я курю?», если в вашем распоряжении будут факты, а не воспоминания, которые нас часто обманывают

ВИКА Шестолалова, 9 мес., со своими родителями.

Анализ

Через две недели перечитайте свой дневник. Скорее всего, вы обнаружите, что существует всего несколько ситуаций, в которых вы закуриваете. Разберем наиболее типичные примеры

1. Перекур на работе - сигарета помогает вам ощущать свою причастность к коллективу

2. Ожидание - курение успокаивает, избавляет от тревоги.

3. Ссора - сигарета в дрожащей руке как способ обвинить во всем мужа (жену, родителей и т. д.)

4. Привычный ритуал - удовольствие от кофе с сигаретой в хорошей компании

Выработка стратегии

Подумайте, каких ситуаций вы можете из бежать Например

Ситуация № 1. Замените сигарету чашкой кофе или хорошим анекдотом

Ситуация № 2. Не назначайте встречи на улице непунктуальным друзьям, пусть они заезжают к вам домой или на работу

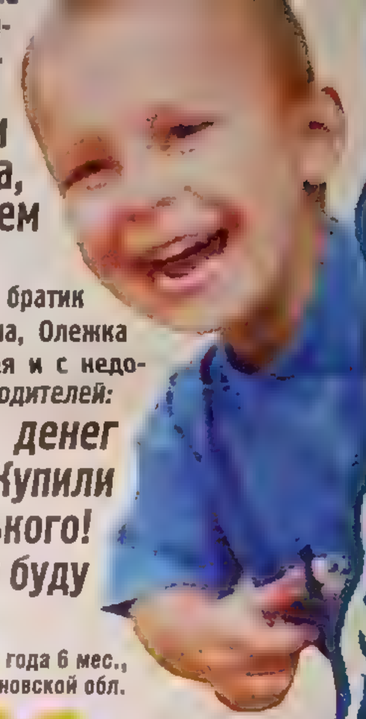
Ситуация № 3. Успокоиться можно с помощью вязания, карточного пасьянса или чашки свежего чая

Ситуация № 4. Измените ритуал, например отказавшись от кофе в пользу горячего шоколада или чая

Традиционные леденцы или жвачки не подходят - они просто занимают рот. Вам нужно придумать что-то, что в данной ситуации будет выполнять ту же функцию, что и сигарета Еда для многих - самая очевидная замена курению. Будьте бдительны: так можно быстро располнеть! Почаще возвращайтесь к тем страничкам дневника, где описаны ваши победы - они подскажут новые решения

Сигарете - бой!

Приступив вплотную к реализации своей программы, продолжайте вести дневник. Главное, не теряйте уверенности в своих силах. И скоро вы сами почувствуете, что необходимость в дневнике отпала.



лыша, родители часто говорили Олежке:

«Вот купим тебе братика, и будет с кем поиграть».

Но когда мама и братик приехали из роддома, Олежка посмотрел на Матвея и с недоумением спросил у родителей:

«У вас что, денег не хватило? Купили такого маленького! Как же я с ним буду играть?»

ОЛЕЖКА Егоров, 3 года 6 мес., р.п. Ишеевка Ульяновской обл.

Полина размышляет:

«Я знаю, кто такие самозванцы. Это люди, которых не зовут, а они сами в гости приходят».

Мама налила Илюше какао. Илюша посмотрел на напиток и спрашивает:

«Мам, а почему молоко такое грязное?»

ПОЛИНА Владимирова, 6 лет, и ИЛЮША Владимиров, 3 года, с. Красноборск Архангельской обл.

ОТДОХНЕМ!

2001-й — ГОД СЕРЕБРЯНОЙ ЗМЕИ

В этом году вам удастся проявить свои скрытые способности, использовать наработанные знания и получить прибыль от прошлогодних начинаний.

КРЫСА

Берегите здоровье, не обращайте внимания на пустяки, побольше доверяйте своей интуиции, и наступивший год принесет вам удачу в делах и личной жизни. Не отказывайтесь от новых предложений.

БУЙВОЛ

Большинство ваших неприятностей и проблем остались в прошлом году. Однако не торопитесь заводить новые связи, в том числе и создавать новую семью, менять друзей и коллег. Берегите и цените то, что имеете.

ТИГР

Вас ждет год напряженного труда, но хорошее самочувствие и поддержка близких позволят осуществить все намеченные планы как в семье, так *и на работе*. Не бойтесь разумного риска.

КОТ

Спокойный и ровный год даст вам возможность заложить прочную основу для будущих успехов. Возможны переезды, смена работы и перемены к лучшему в личной жизни. Ваш авторитет в семье и среди друзей велик как никогда.

ЗМЕЯ

Ваш год! Однако планы на будущее нужно просчитывать и продумывать до мелочей, соизмерять желания и возможности, чтобы не оказаться у разбитого корыта. Опору всех начинаний ищите в семье.

ЛОШАДЬ

В первой половине года вы можете столкнуться с завистью и интригами. Не падайте духом! Проверенные друзья и близкие родственники прикроют вам спину. Не рискуйте по пустякам, важные дела планируйте на вторую половину года.

КОЗА

Неприятные известия от родственников и проблемы с детьми, которые могут омрачить первую половину года, сменятся периодом покоя и благополучия. Помощь и поддержка придут самым неожиданным образом.

ОБЕЗЬЯНА

Все будет работать на вас: вернутся ностей. Деньги будут легко идти к вам в руки, но так же легко уходить. Не пренебрегайте советами специалистов.

ПЕТУХ

Ждите перемен: смена работы или существенная прибавка жалованья, новая квартира и возможность попутешествовать прибавят вам сил и поднимут настроение

СОБАКА

Вас ждет много работы и новые планы, которые успешно реализуются. Материальное положение будет укрепляться, а семейная жизнь доставлять радость. Не забывайте об отдыхе и о развлечениях вместе с детьми

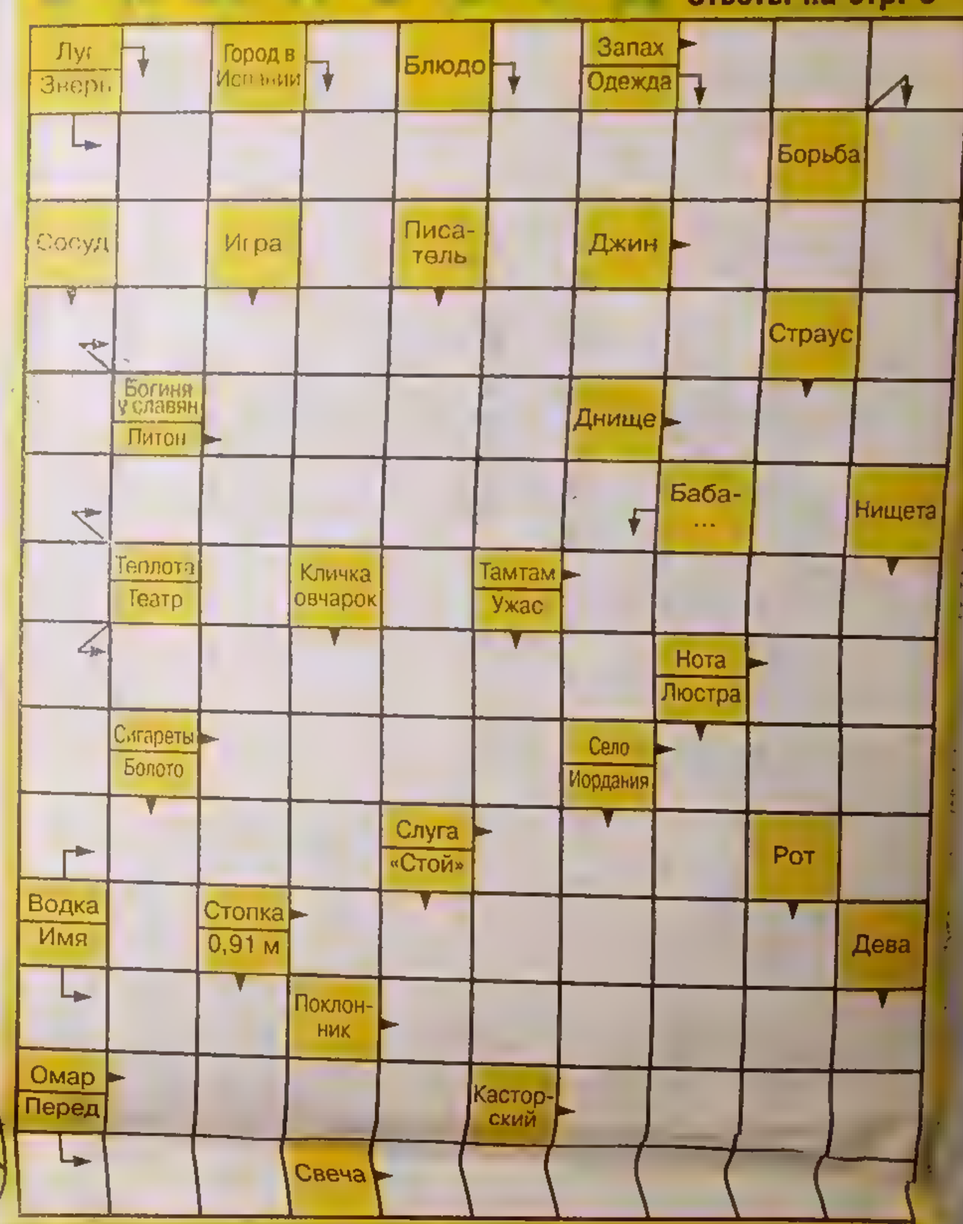
КАБАН

Гуляя с ребенком или спеша на работу, смотрите под ноги! Возможно, вы найдете что-нибудь ценное. К тому же это предотвратит угрозу травм, к которым так склонны люди вашего знака в этом году.

Семейный астролог
Ольга Меркурьева

СКАНВОРД

Ответы на стр. 6



то, что имеете.

ТИГР

Вас ждет год напряженного труда, но хорошее самочувствие и поддержка близких позволят осуществить все намеченные планы как в семье, так и на работе. Не бойтесь разумного риска.

КОТ

Спокойный и ровный год даст вам возможность заложить прочную основу для будущих успехов. Возможны переезды, смена работы и перемены к лучшему в личной жизни. Ваш авторитет в семье и среди друзей велик как никогда.

ДРАКОН

Главное - не сидеть сложа руки! Сил хватит и на работу, и на семью, и на преодоление трудностей и интриганов. Не падайте духом! Проверенные друзья и близкие родственники прикроют вам спину. Не рискуйте по пустякам, важные дела планируйте на вторую половину года.

КОЗА

Неприятные известия от родственников и проблемы с детьми, которые могут омрачить первую половину года, сменятся периодом покоя и благополучия. Помощь и поддержка придут самым неожиданным образом

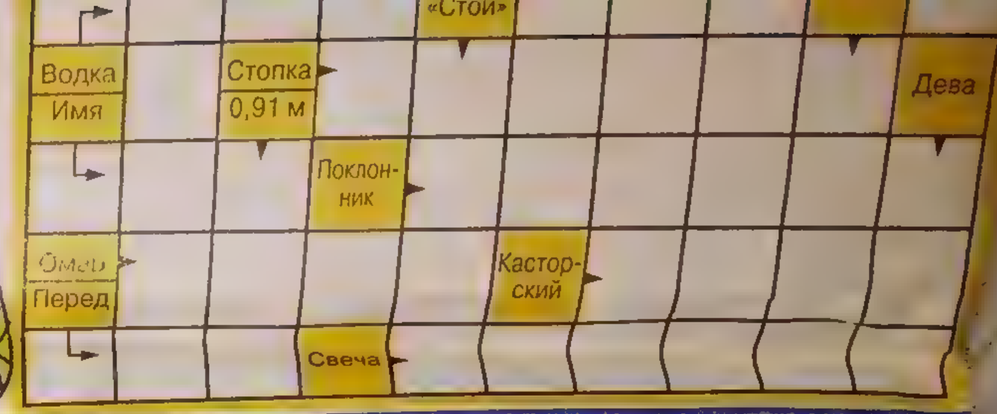
ОБЕЗЬЯНА

Все будет работать на вас: вернутся старые долги, реализуются планы, друзья и родственники будут доставлять радость и поддерживать в любом деле. Работа и семья будут удачно дополнять друг друга.

КАБАН

Гуляя с ребенком или спеша на работу, смотрите под ноги! Возможно, вы найдете что-нибудь ценное. К тому же это предотвратит угрозу травм, к которым так склонны люди вашего знака в этом году

Семейный астролог Ольга Меркурьева



Подписку можно оформить через СБЕРБАНК РФ

Наименование издания	Назначение платежа	Периодичность выхода	Подписная цена на 1 мес. (руб.): льготная для подписавшихся на II полугодие 2000 года или весь 2000 год	Подписная цена на 1 мес. (руб.): для остальных подписчиков	Подписная цена на 6 мес. (руб.): льготная для подписавшихся на II полугодие 2000 года или весь 2000 год	Подписная цена на 6 мес. (руб.): для остальных подписчиков	Годовая подписка (12 мес.)
Газета «Вырастай-ка!»	ВК0112	1 в мес.	9-60	10-60	57-60	63-60	103-20

Для оформления подписки в приведенном подписном купоне необходимо: — указать фамилию и инициалы, а также почтовый индекс и полный адрес подписчика; — заполнить графы «Назначение платежа», «Срок подписки» и «Сумма» в соответствии с указанной в таблице информацией (например: ВК0112; 1–6 мес. 2001 г., 57 руб. 60 коп.); — вырезать купон и отнести в любой филиал Сбербанка в удобное для вас время.

Извещение

ИНН 7719036520 ООО «С-инфо»
р/сч №40702810338000110229 в МБ АК СБ РФ (г. Москва)
к/сч №30101810600000000342 в ОПЕРУ ГУ ЦБ РФ г. Москвы
БИК 044525342

(ф.и.о., почтовый индекс и адрес плательщика)

Назначение платежа	Срок подписки	Сумма

Кассир

Плательщик

ИНН 7719036520 ООО «С-инфо»
р/сч №40702810338000110229 в МБ АК СБ РФ (г. Москва)
к/сч №30101810600000000342 в ОПЕРУ ГУ ЦБ РФ г. Москвы
БИК 044525342

(ф.и.о., почтовый индекс и адрес плательщика)

Назначение платежа	Срок подписки	Сумма

Квитанция

Кассир

Плательщик

Санкт-Петербург — Париж

Натали

ЦЕНА ВМЕСТЕ С ПРИЛОЖЕНИЕМ 3 рубля. ЗА ПРЕДЕЛАМИ С.-ПБ — ДОГОВОРНАЯ

Российская женская газета

Индекс для подписки 50243

Выпуск 11-12 (23-24) 1992 г.

Деловая дама носит шиньон

Наш корреспондент Таня ЭЛИАШЕВА передает из Парижа

ПРИЧЕСКИ

Есть женщины, которые верны своему стилю годами, и это им очень идет. Но если не боитесь экспериментировать с собственными волосами несколько рекомендаций на эту тему.

В этом году возвращаются стрижки 30-х годов (короткие, как во времена нэпа). Но, на мой взгляд, такие прически больше подходят брюнеткам или шатенкам.

Женщины 40 лет и старше, стремящиеся быть элегантными при выходе в свет, деловые дамы всегда носят шиньон. Волосы сзади убраны заколкой или бантом. Классические заколки — черные лакированные. Мне нравятся бархатные банты с «драгоценными» камнями или черные сатиновые с перламутром. Это зависит от вашего туалета.

Обручи всегда модны и удобны. Они подходят для стрижки каре. Это вневозрастной вариант. А когда вы выходите вечером – поднимите волосы или, наоборот, гладко зачешитесь.

МАКИЯЖ

Если вы в коротком платье с большим декольте, то прическа должна быть высокая с локонами или а ля 50-е годы. И макияж из того же времени. Возвратились черные «стрелки». Тон лица светлый, щеки подкрашивать не стоит. Помада тоже гораздо светлее, чем в прошлом сезоне.

ПИСЬМА НАТАЛИ

«Что это, женка? Так хорошо было начала и так худо кончила! Ни строчки от тебя, уж не родила ли ты?.. погоди до моего приезда. Жизнь моя в Москве степенная и порядочная. Сижу дома — вижу только мужеск пол. Пешком не хожу, не прыгаю — и толстею. Здесь хотят лепить мой бюст. Но я не хочу. Тут арапское мое безобразие предано будет бессмертию во всей своей мертвой неподвижности; я говорю: у меня дома есть красавица, которую когда-нибудь мы вылепим».

14 мая 1836 г. из Москвы в Петербург

Рисунок Нади РУШЕВОЙ

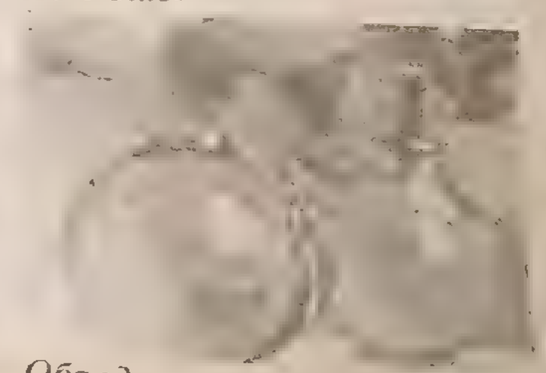
ПОНСОРОВ НАШЕЙ ЛОТЕРЕИ

Вы решили принять участие в нашей лотерее! Тогда предлагаем вырезать и собирать из каждого номера газеты купоны, помещенные в правом нижнем углу первой полосы. К розыгрышу допускаются все читатели, сумевшие накопить НЕ МЕНЕЕ ШЕСТНАДЦАТИ КУПОНОВ (из разных выпусков газеты).

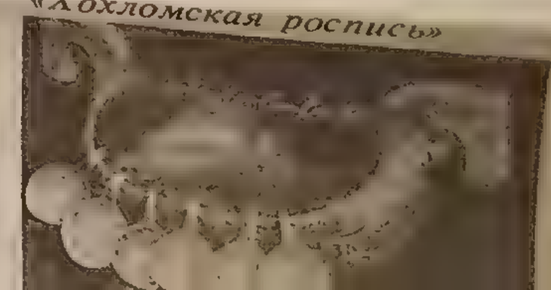
Розыгрыш состоится в начале следующего года. О его условиях мы расскажем в декабрьских номерах «Натали».

Желаем удачи!

Французская фирма «Ив Роше»



Объединение «Хохломская роспись»



АЗБУКА ЦВЕТОВ

«Я послал тебе черную розу

ПРЕДСТАВЛЯЕМ СПОНСОРА

...и золотое шитье

...всегда модны и удобны. Они подходят для стрижки каре. Это вневозрастной вариант. А когда вы выходите вечером — поднимите волосы или, наоборот, гладко зачешитесь.

МАКИЯЖ

Если вы в коротком платье с большим декольте, то прическа должна быть высокая с локонами или а ля 50-е годы. И макияж из того же времени. Возвратились черные «стрелки». Тон лица светлий щеки подкрашивать не стоит. Помада тоже гораздо светлее, чем в прошлом сезоне

«Что это, женка? Так хорошо было начала и так худо кончила! Ни строчки от тебя, уж не родила ли ты?.. погоди до моего приезда. Жизнь моя в Москве степенная и порядочная. Сижу дома — вижу только мужеск пол. Пешком не хожу, не прыгаю — и толстею. Здесь хотят лепить мой бюст. Но я не хочу. Тут арапское мое безобразие предано будет бессмертию во всей своей мертвой неподвижности; я говорю: у меня дома есть красавица, которую когда-нибудь мы вылепим».

14 мая 1836 г. из Москвы в Петербург

Рисунок **Нади РУШЕВОЙ**

АЗБУКА ЦВЕТОВ

«Я послал тебе черную розу в бокале...»

— писал наш великий соотечественник в начале века. Конечно, эстетствующему современнику, какой бы страстью он ни пылал, вряд ли удастся найти такой же подарок для дамы своего сердца. Если ей и перепадет роза, то наверняка не черная. А скорее всего это будут гвоздики, «спутницы тревог», следуя еще одному поэтическому образу, который, в отличие от первого, обретает буквальный смысл прямо на глазах.

Так вот, если вы получили от любимого в подарок **красную** гвоздику или розу — не торопитесь изливать на его голову весь сарказм. Поскольку красный цвет — это не только символ непреходящей революционности, но и проявление большого, всепоглощающего чувства. Это действенность и активность, а светлые оттенки красного и вовсе действуют возбуждающе. Если же вы идете на какой-то официальный прием и хотите выглядеть солидно, лучше всего подобрать букет из цветов темно-красного оттенка.

Подмешав в ситуации менее торжественной к красным цветам немного **белых**, вы зрительно увеличите объемность букета. А вообще белый цвет, как известно, символ невинности, целомудрия и чистоты. Так что если у вашей дочери грядет совершеннолетие — лучшим дополнением к подарку будет, естественно, букет из белых орхидей.

Засим перейдем к **желтым** тюльпанам. Помните, они не только вестники разлуки, а так же зависти, ненависти и лживости — правда, все это относится к ярко-желтым цветам. Более спокойные оттенки воплощают радость жизни, крепость брачных уз и уважение к старости. Но берегитесь зеленовато-желтых цветов: они действуют, как нечто слегка ядовитое.

А вот **оранжевые** герберы — цветы теплые, праздничные, вызывающие только радость. Правда, этот цвет может еще быть символом тщеславия и властолюбия.

Темно-фиолетовый (сирень, ирисы, астры и проч.)— самые роскошный цвет. Но больше подходит для подарка друзьям, а не любимым.

Если вам по-прежнему хочется покорить сердце той, которой вы безразличны, лучше всего сесть на велосипед и рвануть в поле за васильками. **Синий** цвет как нельзя лучше скажет ей про вашу тоску и безграничную верность. К сине-голубым колокольчикам, незабудкам, васильком следует обратиться и в том случае, если вам совершенно необходимо выразить кому-то свое полное доверие.

Любой букет освежит **зелень.** Она же свяжет, казалось бы, несовместимые цвета. Светло-зеленый оттенок — веселый и оживленный. Темно-зеленый — холодный и сдержанный. Тот и другой означают надежду, покой, мир.

Теперь о том, с чего мы начали. **Черная** роза — мечта поэта (не сама по себе, а в букете)— усилит действие желтого и красного цветов. К черному прибегают в особо торжественных, а так же печальных случаях (на чем сегодня мы останавливаться не будем).

И напоследок — два совета. Во-первых, все, что сказано здесь о цветах, нелишне учитывать и при подборе туалета. А во-вторых, не забудьте ознакомить с вышеизложенным мужа или друга, чтобы исключить всевозможные недоразумения.

Е. К.

ПРЕДСТАВЛЯЕМ СПОНСОРА

...и золотое шитье

В давние времена были разбросаны по Городцу мелкие полукустарные артели... В конце 1928 года кустари-белошвейки арендовали частный дом на Колхозной улице. Принесли свой материал, перетащили собственные машинки. Платья, блузки, косоворотки, скатерти, портьеры, отправлявшиеся на экспорт, вышивались при свете керосиновых ламп золотом. Только в 36-ом появилось здесь электричество. А продукцию через Волгу на лодках долго переправляли.

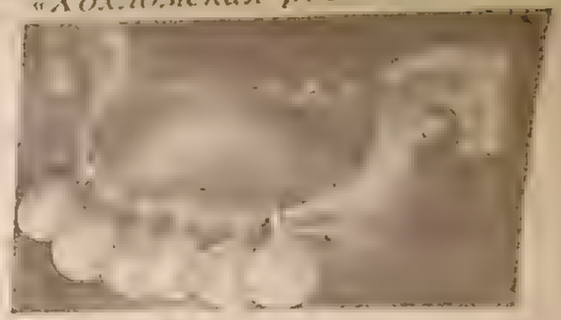
Вышивка крестом, «ришелье»...

В начале 60-х появился так называемый «верхошов»— гладь, настил. Есть еще и традиционный нижегородский — шлюр. И, конечно, старинное, забытое, а теперь возрожденное золотое шитье. На недавней выставке художественных промыслов в Санкт-Петербурге с аукциона были с успехом проданы ансамбли одежды «Малиновый звон» и «Ретро». А некоторые образцы своей «воздушной» продукции городецкие белошвейки и вышивальщицы предоставили в качестве призов лотереи для читателей «Натали».

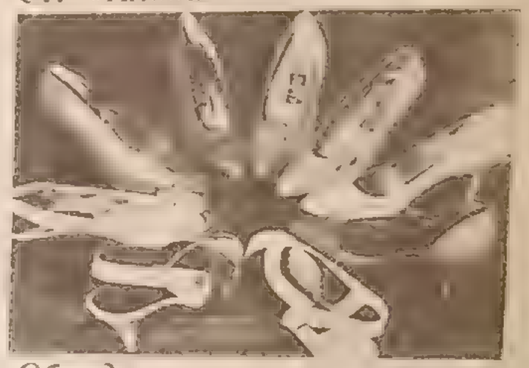
Инна КАРДЕВИЧ,
Вера ИВАНОВА

ЧИТАТЕЛЯМ «НАТАЛИ» — ОТ СПОНСОРОВ НАШИХ

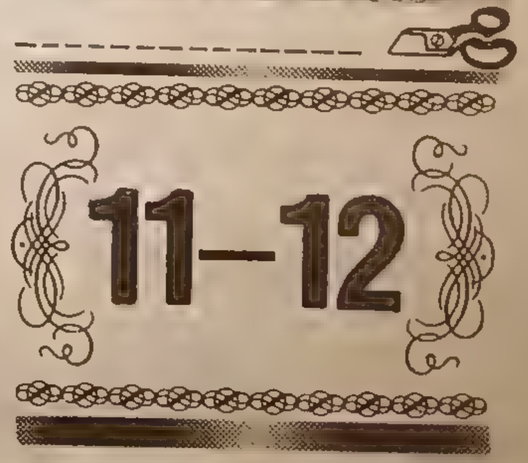
Объединение «Хохломская роспись»



СП «Альба»



Объединение «Семеновский сувенир»



Я позвонила в дверь. Еще и еще. Тихо. И вдруг: «Подождите минуточку. Сейчас открою»...

Геннадий и Людмила

ПРОСТО ЖИЗНЬ

Мы познакомились в экспедиции на целине. Искали воду для совхозов.

После того, как я провалилась в университет, поступила на гидрометеокурсы. А через четыре месяца отправилась на практику. Геннадий был у меня в подчинении. Мы с ним три года дружили. У меня тогда любовь осталась в Ленинграде,— так я ему все в жилетку плакалась... Уже *тридцать пять лет, как мы вместе. О нашей семье кто-то из знакомых написал на радиоконкурс «Идеальная семья». Мы стали победителями. Вон на телевизоре приз — часы. Есть и адрес.*

Мы с ним даже думаем одинаково. Бывает, сидим, молчим и вдруг начинаем говорить об одном и том же. Даже фразы те же!

Когда со мной случилось несчастье, муж стал моей нянькой. После ночной смены — в больницу. Потом дома меня мыл, кормил. Даже велорикшу сам сделал. На него свалилось все хозяйство. Да и вообще, представьте, каково это: таскать по лестнице инвалидную коляску, да и меня впридачу. Я иногда чуть не плачу, говорю: «Устал ты со мной мучиться!». А он спокойно так: «Мне это не в тягость».

...В 1941 году вместе с детским садом я попала под бомбежку во время эвакуации. Оказалось, нас везли навстречу немцам. Помню, меня тряхануло, кто-то нес на руках... Потом полный провал. Пришла в себя в Ленинграде. Раненых детей вернули обратно в город.

С годами контузия стала сказываться: жуткие головные боли, суставы, как говорили врачи «разболтаны». А десять лет назад отнялась правая рука. Потом операция на позвоночнике. Три года лежала, не вставая. Порой подкатывало такое отчаяние — добраться бы до балконной двери и вниз...

...Однажды, когда мне было еще шестнадцать, к нам в гости пришла одна знакомая и стала рассказывать, что их семья в блокаду жила не хуже, чем до войны — мясо, консервы, пирожные. Не знаю, кем она работала, но рассказ этой женщины потряс. И я решила написать свои воспоминания о войне. Вот она, эта толстая тетрадь — рассказы, стихи, рисунки. Когда я показала свои сочинения учительнице, та посоветовала не бросать писать. После школы мне даже дали рекомендацию в Литературный институт. Но я все-таки поступила на филфак.

...Однажды отец, как бы между прочим, рассказал нам, детям, что мы из рода Столыпиных. Он боялся этой связи, и поэтому никаких фотографий или документов у нас не сохранилось. Даже от родных публично отрекся через газету. Когда он сердился на нас, кричал: «У-у-у, столыпинское отродье!». Отцовский страх, видимо, передался и мне. Во всяком случае, когда в школе проходили столыпинские реформы, я готова была стыдиться с партой. И надо же — поступаю в университет и на истории вытаскиваю билет «Реформы Столыпина». Ну, думаю, судьба...

А вот мы с детьми много лет выпускаем семейные альбомы. Думаю, когда-нибудь нашим пра-пра-пра-правнукам будет интересно их полистать. А сейчас внуки, их четверо, все подбираются к ним. Первый том появился в 1969 году. В подзаголовке написали: «Хроникально-документальный семейный журнал. Периодический, юмористический, сатирико-сардонический, иллюстрированный. С пожеланиями и обещаниями, с намеками и упреками, с поздравлениями и назиданиями».

В них — вся наша жизнь. Смешные высказывания детей, семейные хохмы, «отчеты» о праздниках. В Новый год мы никого не приглашали к себе и никуда не ходили сами. Нам было хорошо вчетвером. Детские подарки я заворачивала в бумагу. Получались такие большие конфеты. На фантиках рисовала дочке — «Красную шапочку», сыну — «Белочку», а мужу — «Мишку на Севере». Когда они утром просыпались, сразу бежали к елке. Но находили там только записки, где искать подарки. Искали шумно и весело.

Мои домочадцы — все февральские. В одном из праздничных номеров, посвященных дню рождения мужа, я нарисовала яркие цветы, а между лепестками вклеила головки, вырезанные из фотографий — его, свою, детей. И написала: «А февральский мой букет — самый лучший, спору нет».

Особенно дороги страницы, на которых рассказывается об окончании школы — сначала дочкой, а потом сыном. День 1-й. Сочинение. Наши впечатления, дочкины, «веселые картинки»... День 3-й — геометрия. Один учитель сына называл свой предмет «фызыка» — так и зафиксировали.

В журнале даже приклеен засушенный комар, больно укусивший дочку в Сыктывкаре (Марина прислала его в письме). Хранится заноза, которую мы долго не могли вытащить из володиной ноги. Листы из тетрадей, грамоты, письма. Дети уже выросли. Дочь уже давно закончила институт, играет на гитаре, пишет песни. Сын работает в малом предприятии и до сих пор взахлеб читает книги.

Я не хочу жить по пословице: «Лежи, коли Бог убил». Стараюсь быть в курсе всего. Ездила на Совет попечителей, участвовала в конференции «Белые пятна блокады». Хочется бывать на выставках, концертах — но как? Мне ведь даже дверь вам открыть целая проблема...

...Для этого ей надо, подтянувшись на одной руке, пересесть с коляски (которая не проходит в двери) на крутящийся стул, сконструированный мужем. Удобные коляски есть, конечно,— но у итальянцев. Если у кого-то возникнет желание помочь, и оно совпадет с возможностями, позвоните, пожалуйста, в редакцию.

Рассказ Людмилы ПОЖИДАЕВОЙ
записала Валентина ВАСЕЙКО

ПУТЬ К СЕБЕ

ПРОСТ

практику. Геннадий был у меня в подчинении. Мы с ним три года дружили. У меня тогда любовь осталась в Ленинграде,— так я ему все в жилетку плакалась... Уже тридцать пять лет, как мы вместе. О нашей семье кто-то из знакомых написал на радиоконкурс «Идеальная семья». Мы стали победителями. Вон на телевизоре приз — часы. Есть и адрес.

Мы с ним даже думаем одинаково.

в больницу. Потом дома меня мыл, кормил. Даже велорикшу сам сделал. На него свалилось все хозяйство. Да и вообще, представьте, каково это: таскать по лестнице инвалидную коляску, да и меня впридачу. Я иногда чуть не плачу, говорю: «Устал ты со мной мучиться!». А он спокойно так: «Мне это не в тягость».

...В 1941 году вместе с детским садом я попала под бомбежку во время

написали: «Хроникально-документальный семейный журнал. Периодический, юмористический, сатирико-сардонический, иллюстрированный. С пожеланиями и обещаниями, с намеками и упреками, с поздравлениями и назиданиями».

В них — вся наша жизнь. Смешные высказывания детей, семейные хохмы, «отчеты» о праздниках. В Новый год мы никого не приглашали к себе и никуда не

ляски есть, конечно,— но у итальянцев. Если у кого-то возникнет желание помочь, и оно совпадет с возможностями, позвоните, пожалуйста, в редакцию.

Рассказ Людмилы ПОЖИДАЕВОЙ записала Валентина ВАСЕЙКО

ПУТЬ К СЕБЕ

«Волга-92»

Впервые святое дело объединило православных и баптистов, католиков и реформатов, лютеран и «пятидесятников»...

Свой путь миссия «Волга-92» начнет 23 августа из Санкт-Петербурга. Далее — Валаам и одиннадцать городов Поволжья. На борту теплохода «Александр Радищев» соберутся христиане более десяти стран: священнослужители, проповедники, врачи, домохозяйки, сестры милосердия... С собой они повезут духовную литературу.

Помочь нам найти путь к храму, вернуть веру в Христа — основная цель акции. Идея и организация ее принадлежит Евангельской церкви христиан-баптистов, Северо-западной российской библейской комиссии и «Миссии Европа».

Создание больниц, приютов призрения — одна из частей обширной программы, в рамках которой российские врачи и медсестры пройдут специальную подготовку. Кроме того, в каждом городе, включенном в маршрут, созданы христианские комитеты по распределению гуманитарной помощи.

Представители стран-участниц Миссии заранее «разобрали» города, с которыми будут работать.

Нижний Новгород опекают христиане из Швейцарии. Они даже решили разработать и осуществлять собственную программу.

Христиане США выбрали Казань, Ростов и Волгоград. Но на собранные 250 тыс. долларов закупили продукты и медикаменты и для Череповца и Чебоксар.

Самару облюбовали посланцы Голландии и Испании, а Ярославль — Финляндии. Более трети всей гуманитарной помощи идет именно отсюда. В Чебоксарах обосновались англичане и ирландцы. А самой «жадной» оказалась Германия — у нее целых три подопечных: Череповец, Саратов, Ульяновск.

Кстати, уже готовится проект новой благотворительной акции — «Миссия Сибирь-93».

В мае Петросовет зарегистрировал постоянно действующий в Санкт-Петербурге Медицинский христианский центр для координации помощи больницам России. Телефон центра: 351-17-86.

Евгения ЛЕНОВА

24.08 Валаам
26.-27.08 Череповец
01.-02.09 Кострома
08.-09.09. Чебоксары
11.-13.09. Казань
18.-20.09. Самара
Санкт-Петербург 21.23.08 30.10.-01.11.
Ярославль 29.-30.08
04.06.09. Ниж. Новгород
Ульяновск 15.-16.09.
Саратов 22.-23.09.
Москва
Волгоград 25.-27.09
Ростов на Дону 02.-04.10.

ДЛЯ СЕРДЦА И РАЗУМА

Стихотворение, которое вы сейчас прочтете, дядя Саша — **Александр КРАВЧЕНКО** — поместил в сборник для детей «Фигли-мигли».

Но мы решили, что эти «фигли» больше подходят для взрослых...

Сколько стоят наши деньги?
Наши деньги стоят много.
Наши деньги стоят — рубль.
Наши деньги — две копейки,
Грош с полушкой стоят деньги.

Сколько стоит наша дружба?
Наша дружба стоит много.
Наша дружба сттолько стоит.
Сколько стоит наша дружба,
Что и денег не хватает.

Нет на свете столько денег,
Сколько стоит наша дружба.

СЧАСТЛИВУЮ ЖЕНЩИНУ НЕ УДАЛОСЬ СЫГРАТЬ НИ РАЗУ

На какое-то время они стали соседками. Многокилометровая петербургская коммуналка с ее неподражаемым запахом, фортепианно-геркулесово-корытным коридором и заскорузлой лапшой на чьем-то сковородке в кухне. И — белая парижская мансарда (из дорогих!), с такими диванами, чучелом бронированного и серебряной львицей — в натуральную величину — у камина; на балконе, конечно, в полквартиры — искус-

речь идет о том, чтобы востребовать свои права, или о том, чтобы быть настолько же свободной, как мужчина, сохраняя при этом свою женственность и являясь не врагом его, а союзником и сестрой других женщин, а не соперницей,— да, в этом смысле я феминистка.

— А как решается проблема равенства в вашей семье?

— Это очень сложно. Мое положение, каким бы незначительным оно ни было во Франции, создает некоторые трудности. Потому что у мужчины всегда создается такое впечатление, что он как бы немного позади меня. Вместо того, чтобы я несла его имя, ему дают мое. К тому же я много путешествую. А женщина обычно представляется уравновешивающим фактором. Это то, для чего мужья приходят вечером домой. Я рассталась с отцом моего ребенка, потому что он не любит путешествовать и слишком не понимал моей профессии. Сейчас я стараюсь, насколько возможно, управлять своей карьерой и быть хорошей матерью дочери.

— Приходилось ли вам жалеть о том, что личная жизнь приносится в жертву карьере?

— Никогда.

— Какую любовь вы играете чаще — счастливую или несчастную?

— Счастливую не удалось сыграть ни разу. Раз я была любовницей Шатобриана, графиней, которая в конце концов сошла с ума. И есть еще два фильма, где предстоит сыграть героинь, несомненно влюбленных, но одна из них — вдова, и вторая — тоже вдова, которая к тому же думает, что ее муж превратился в собаку... Был, правда, один фильм, где мне была обещана простая любовь, но — режиссер умер, и съемки не состоялись.

— Что представляет собой ваша нынешняя героиня?

— Я видела ее скорее таинственной и скромной. А она оказалась довольно энергичной, эксцентричной, порой даже грубой. Кроме того, было довольно неприятно узнать, что по фильму она некрасива.

— Как же вы собираетесь себя обезобразить?

— О, это очень легко. Соответствующее освещение, выражение лица — такое, как бывает, когда думаешь о чем-то вульгарном или о том, что вызывает горечь. А можно просто посмеяться над собой.

— Вы часто делаете это в жизни?

— Постоянно. Это хорошо уменьшает собственную значимость. Когда люди слишком серьезно относятся к себе, это смешно, как если бы кто-то щекотал подмышками.

«JOUCE» ПРЕДСТАВЛЯЕТ

«От кутюр»

«Joyce» — парижский каталог, знакомящий с жизнью ведущих кутюрье Франции, а также с их последними коллекциями. Перед вами — парад летней моды-92 от Christian Dior, Yves Saint Laurent, Abraham, Armani, Taroni, Nina Ricci и проч. Нам показалось, что их отличают завидные простота и практичность.

Корр.

СЫГРАТЬ НИ РАЗУ

На какое-то время они стали соседками. Многокилометровая петербургская коммуналка с ее неподражаемым запахом, фортепианно-геркулесово-корытным коридором и заскорузлой лапшой на чьей-то сковородке в кухне. И — белая парижская мансарда (из дорогих!), с лайковыми диванами, чучелом броненосца и серебряной львицей — в натуральную величину — у камина; на балконе размером в полквартиры — искусственные деревья, изящный столик с зонтиком... В общем, «буйство глаз и половодье чувств».

Хозяйка квартиры — простой парижский скульптор — следуя причудливому замыслу режиссера Юрия Мамина, снимающего совместный с французами фильм «Окно в Париж», на этот же период превращается в соседку простых советских людей... Исполнительница главной роли Аньес СОРАЛЬ впервые в жизни оказывается дамой сердца бывшего настройщика музыкальных инструментов с фабрики «Красный Октябрь» (артист Николай Дрейден).

— У него очень поэтическая манера игры. Это не какой-то великий сердцеед — человек, которого легко можно узнать. Он много перенес, но сохранил чистое сердце. Кроме того, мне он кажется весьма забавным. Для комедии это качество, может быть, даже важнее чем красавец.

— Что вы вообще думаете о русских мужчинах!

— Они намного галантнее французов Во Франции они менее внимательны вне дома. Вероятно, домашние заботы утомляют их в большей степени, чем русских. Такое впечатление, что ваши женщины не отдают себе отчета в том, насколько галантны мужчины. И ей-богу не становятся от этого более женственными.

— Как действует на вас соседство такого мужчины!

— Это очень приятно. Но в работе я предпочитаю быть уважаемой за то, что делаю, а не только за то, что я женщина. У меня есть впечатление, что здесь мужчины действительно уважают женщин, может быть, потому, что женщины всегда занимались той же работой, что и они. Видимо, здесь поняли, что мужчины и женщины — это разные существа, но речь не может идти о том, что один из них выше, а другой ниже.

— Вы феминистка!

— Сначала решим, что это такое. Если

нешняя героиня!

— Я видела ее скорее таинственной и скромной. А она оказалась довольно энергичной, эксцентричной, порой даже грубой. Кроме того, было довольно неприятно узнать, что по фильму она некрасива.

— Как же вы собираетесь себя обезобразить!

— О, это очень легко. Соответствующее освещение, выражение лица — такое, как бывает, когда думаешь о чем-то вульгарном или о том, что вызывает горечь. А можно просто посмеяться над собой.

— Вы часто делаете это в жизни!

— Постоянно Это хорошо уменьшает собственную значимость. Когда люди слишком серьезно относятся к себе, это смешно, как если бы кто-то щекотал подмышками.

— Что еще вы причисляете к своим достоинствам!

— Энергичность, открытость. Я часто задаю сама себе вопросы. И я человек смелый. Например, до того, как появился ребенок, я занималась парашютным спортом.

— О! И с какой же высоты прыгали!

— Чем выше, тем это менее опасно. Надо, чтобы было минимум 700 метров до земли и чтобы ветер в лицо, а не в спину. Правда, я никогда не делала свободных прыжков, которые требуют больше 3-х тысяч метров. Сейчас контракты запрещают мне все опасные трюки. Зато купила велосипед — 28 скоростей и очень широкие шины. Он может даже по лестнице «взбираться»

— Вопрос, без которого не обойтись: как вы любите одеваться!

— Никогда не ношу одновременно более двух цветов. Потому что считаю, это более стильно. Предпочитаю темные цвета — это позволяет подчеркнуть красоту кожи. Люблю подчеркнуть формы тела — причем достоинства, а не недостатки. Люблю, чтобы одежда была более или менее комфортна. То, что стильно, всегда хорошо, даже если не слишком шикарно. Люблю детали, которые позволяют разнообразить костюм. Нужно одеваться так, чтобы сперва был виден человек, а уже потом то, что на нем. И чтобы одежда воспринималась в целом. Это через какое-то время начинаешь думать — куртка неплохая, вот эта деталь хороша... Важно, чтобы индивидуальность подчеркивалась, а не наоборот.

— У вас есть идеал актрисы!

— Меня не слишком привлекает внешняя красота. Исключение — Роми Шнайдер, в которой было все. Мне импонируют характер, ум, естественность. И — живость.

Побеседовали Ирина КОСЕНКОВА и Екатерина МОНУСОВА

Фото Филиппа ДЕМАРКЕ.

летней моды-92 от Christian Dior, Yves Saint Laurent, Abraham, Armani, Taroni, Nina Ricci и проч. Нам показалось, что их отличают завидные простота и практичность. **Корр.**

ХОЗЯЙКА САЛОНА

Бриллианты Парижа

Велико число женщин, сыгравших заметную роль во французской истории. Каждая прожила драматическую, полную приключений жизнь...

С первой половины XVI века они были главным украшением королевских дворов. Следующее столетие оставило нам имена фавориток короля-солнца Людовика XIV — герцогини Лавальер, госпожи Монтеспан и мадам Ментенон, а в XVIII веке сердцем очередного Людовика — XV — всецело владели госпожи Помпадур и Дю-Барри...

Двор Людовика XIV, благодаря великолепным дамам, царившим в нем, стал средоточием культурной жизни всей страны. Однако скоро умным, возвышенным и утонченным аристократкам поднадоела роль драгоценностей в оправе королевского окружения. Многие пожелали властвовать сами — в маленьких мирках собственных богатых особняков, где и собиралось избранное общество.

Дамские салоны посещали известные писатели, поэты, художники, ученые и даже государственные мужи. Здесь обсуждались все нюансы культурной и политической жизни, вырабатывалось общественное мнение по тем или иным вопросам.

Первый литературный салон возник в отеле маркизы Рамбулье. В нем бывали Корнель, Скюдери, Малерб. Позднее признанным местом встреч философов становятся салоны маркизы Бово и герцогини Дэгильон. А в конце XVIII столетия расцветает салон Жозефины Богарне, будущей жены Наполеона. Здесь собирались люди, любившие серьезно поговорить о свободе и равенстве.

С началом Великой французской революции салоны продолжали существовать уже как небольшие клубы. Хозяйки госпожа Неккер, жена министра Никкера, госпожа Жанлис, близкая родственница герцога Филиппа Орлеанского, взяли под свое покровительство видных революционеров. Француженки вообще часто вмешивались в политику. Одна из светских гостиных становится штабом жирондистов, другая — центром либеральной оппозиции во времена консульства Бонапарта. Из третьей — *салона жены знаменитого трагического актера Тальма — генерал Бонапарт руководит государственным переворотом 18 брюмера...*

Одна из самых талантливых и ярких светских львиц эпохи — госпожа Ролан — обладала, помимо незаурядных литературных способностей, весьма сильным характером. Настолько сильным, что в отличие от своего мужа, который испугался казни и покончил с собой, смело взошла на эшафот...

Благородством, экстравагантностью и необузданностью нрава отличалась и «парижская амазонка» Анна Теруань де Мерикур. Она любила показаться на улицах Парижа, увешанная оружием, верхом на огромной лошади. В 17 лет она сбежала из монастыря с молодым дворянином, а в 27 имела известный салон, среди завсегдатаев которого были Дантон и Мирабо. 5 октября 1789 года она мчалась верхом на коне впереди толпы, шедшей на Версаль. А 6-го сопровождала королевскую семью в Париж, пытаясь защитить ее от оскорблений той же толпы. Осужденная за это через год Конвентом, бежала в Германию, где и была арестована по настоянию французских роялистов как «кровожадная предводительница людоедов». Однако король Леопольд II ее отпустил, и она вернулась в Париж. 31 мая 1793 года Анна выступила с речью в защиту жирондистов и была за это жестоко отхлестана трикотезами Робеспьера. На нее наказание подействовало столь сильно, что она окончила жизнь в сумасшедшем доме.

В последние годы XVIII века вр Франции воцарились легкие нравы, увеселения, светские интриги. Жизнь выдвинула на первый план женщин другого типа, совершенно не героического. Царила в своей гостиной легкомысленная красавица Тереза Кабаррюс, по мужу Тальен, близкая подруга Жозефины Богарне. Ей покровительствовал директор республики господин Баррас, который и способствовал большой популярности нового парижского салона, прославившегося вечерами и балами.

В годы Директории в Париже сверкал еще один дом — мадам Рекамье. Будучи совсем молоденькой девушкой, она примкнула к кружку госпожи де Сталь и долгие годы оставалась верной его участницей. Юлия Рекамье была необычайно красива, а кроме того настолько умна и богата, что смогла держаться независимо от влияния света. Покорив сердца многих выдающихся людей того времени, она отказалась быть официальной возлюбленной и Люсьена Бонапарта, и его венценосного брата (за что и была выслана им из Франции). А впоследствии отвергла и прусского принца Августа, предложившего ей руку и сердце. Знаменитый скульптор Канова был так покорен обаянием этой женщины, что тайно изваял ее бюст, который, впрочем, переделал через несколько лет в дантовскую Беатриче. Будучи младше своего мужа почти на 25 лет, она всегда оставалась ему верной. Когда же он окончательно разорился, ей пришлось переехать жить в монастырь, где сдавались в наем квартиры для женщин высшего круга. Но и там ее литературный салон продолжал собирать лучших писателей того времени. Здесь любили бывать Ламартин и Шатобриан. С последним ее связывала долгая и тяжелая для обоих дружба — любовь. Портреты Юлии Рекамье писали самые знаменитые художники — Франсуа Жерар, Луи Давид, Антуан — Жан Гро...

Суровая эпоха, суровые нравы. Многие, очень многие из очаровательных и слабых созданий погибли в адском пламени революции. Другие благополучно ее пережили, встав на сторону Наполеона, третьи так и остались верны ее принципам. И каждая отдала ей частичку своей души и таланта, обогатив собственной жизнью историю страны.

Вера ШУРГАЯ

● Портрет мадам Рекамье работы Ж.-Л. Давида
Из собрания Лувра

покровительство видных революционеров. Француженки вообще часто вмешивались в политику. Одна из светских гостиных становится штабом жирондистов, другая — центром либеральной оппозиции во времена консульства Бонапарта. Из третьей — *салона жены знаменитого трагического актера Тальма — генерал Бонапарт руководит государственным переворотом 18 брюмера.*

Одна из самых талантливых и ярких

Благородством, экстравагантностью и необузданностью нрава отличалась и «парижская амазонка» Анна Теруань де Мерикур. Она любила показаться на улицах Парижа, увешанная оружием, верхом на огромной лошади. В 17 лет она сбежала из монастыря с молодым дворянином, а в 27 имела известный салон, среди завсегдатаев которого были Дантон и Мирабо. 5 октября 1789 года она мчалась верхом на коне впереди толпы, шедшей на Версаль.

король Леопольд II ее отпустил, и она вернулась в Париж. 31 мая 1793 года Анна выступила с речью в защиту жирондистов и была за это жестоко отхлестана трикотезами Робеспьера. На нее наказание подействовало столь сильно, что она окончила жизнь в сумасшедшем доме.

В последние годы XVIII века во Франции воцарились легкие нравы, увеселения, светские интриги. Жизнь выдвинула на первый план женщин другого типа,

[illegible] Другие благополучно ее переживут, встав на сторону Наполеона, третьи [illegible] верны ее принципам. И каждая [illegible] частичку своей души и таланта, [illegible] историю страны.

Вера ШУРГАЯ

● Портрет мадам Рекамье работы Ж.-Л. Давида
Из собрания Вуара

МОДНЫЙ ДОМ

Сегодня в нашем «модном доме» — история милой безделицы, без которой вот уже много веков не в состоянии обойтись ни одна Настоящая Дама. Меж тем староверы до сих пор полагают, что держать ее в комнате — наистрашнейший грех, ибо она есть

ПОДАРОК ДЬЯВОЛА

И доказывают это весьма убедительно следующей легендой.

Какой-то старец, спасаясь в пустыне, прочел следующие слова: «Просите — и дастся вам». Пустынник усумнился и, желая удостовериться, что все ли получить может, чего захочет, пошел к какому-то царю просить руки его дочери. Царь, почудясь такому требованию, сказал о том своей дочери, которая тоже подивилась немало и потом сказала: «Так как это дело необыкновенное и чрезвычайное, то должно, чтобы старец, если хочет жениться на мне, оказал бы мне чрезвычайную услугу и принес бы в подарок такую вещь, в которой бы я всю себя видеть могла». Это желание было высказано царевною еще в то время, когда зеркала не были выдуманы. Монах, узнав от царя такое требование, пошел искать такой вещи. Долго ходил он по лесам, наконец, вступил в пустыню, никем не обитаемую. Посидев в ней несколько времени, он начинает слышать стон. Старец окликнул и получил в ответ: «Почтенный старче! Сжалься на мое страдание, ибо я уже несколько лет заключен в этом рукомойнике, выпусти меня из этой темницы, в которую заключил меня тоже один старец, и я тебе за это услужу, чем пожелаешь». Старец, прежде чем освободить из рукомойника заключенного, стал требовать от него вознаграждения тою вещью, которой требовала от него царевна чрез царя. Заключенный обещал, и старец, сняв с рукомойника крест, выпустил черта. Дьявол в скором времени принес к нему зеркало, которому старец, взяв в руки, чрезвычайно подивился, но когда увидел в нем себя с морщинами, сединами, дряхлаго и слабаго, отложил навсегда намерение жениться. Однако зеркало снес к царю и тут же, отказавшись от своего слова, стал молиться о своем прегрешении в том, что возымел сомнение противу священного писания. И так как зеркало доставлено впервые старцу дьяволом, то самые крепкие староверы долгое время не имели в своих домах зеркал.

ЭТО БЫЛО...

Первая русская женщина-пилот

9 августа 1911 г. отважный комиссар Императорского всероссийского аэроклуба И. С. Аствацатуров в присутствии пилотов Агафонова и Колчина и офицеров воздухоплавательной школы экзаменовал ученицу частной воздухоплавательной школы Л. В. Звереву на диплом пилота-авиатора. Условия экзамена были благоприятны: теплая погода и небольшой ветер. В белой куртке и мужских шароварах г-жа Зверева держалась, по общим отзывам, удивительно спокойно. Первые 5 восьмерок Зверева сделала весьма быстро, в 11 минут... Этот полет и спуск вызвали единодушное одобрение зрителей. Г-жа Зверева заявила просьбу сделать одновременно второй полет, как на продолжительность, так и на высоту (не ниже 5 метров). Просьба уважена... Первая русская женщина-пилот — дочь генерал-майора — родилась в Петербурге в 1890 г., окончила курс в одном из институтов.

Клуб молодых старух

В Лос-Анджелесе возник интересный дамский клуб. Учредили его самые молодые дамы города, но молодые не годами, а душой. Основной принцип — в стенах клуба запрещается говорить о болезнях, неудачах и заботах. В святилище клуба допускаются только бодро настроенные, жизнерадостные дамы, не ропщущие на Бога и не питающие ненависти к людям, при условии, что им не менее 60 лет.

«Дамский мир»
1911 год

НА ДУШИСТОЙ ВОЛНЕ

Получив недавно из Парижа свежий номер журнала «Elle», мы обнаружили в нем рекламу новых духов «Marousia»— симпатичная девушка в суворовской фуражке и приятный свежий запах туалетного мыла... На красном флаконе золотыми буквами «Слава Зайцев». Ну, и естественно — «Moscou Paris».

Да, «красный Диор» вплыл, будем надеяться, в мировую парфюмерию на волне «марусиного» аромата. И поддержал таким образом сложившуюся за кордоном традицию выпуска духов

С ИМЕНАМИ ЗВЁЗД

Духи, представленные **Хулио ИГЛЕСИАСОМ,**— для соблазнительных, элегантных, утонченных. Эти духи с примесью мускуса подходят женщине, которая не возражает против того, чтобы ее преследовали мужчины, и которая не прочь провести вечер, исполненный страсти.

«Денёв» —духи **Катрин ДЕНЁВ** — предназначены для утонченных, изысканных женщин. Их аромат говорит о принадлежности к высшему свету.

«Страсть» Элизабет ТЕЙЛОР — духи с терпким и в то же время теплым запахом, располагающие к интимным вечерам и ночам, полным опасных соблазнов. Они явно не для тех, чей арсенал косметики ограничивается простым туалетным мылом и бесцветной губной помадой. Предупреждение: эти духи представляют угрозу добродетели.

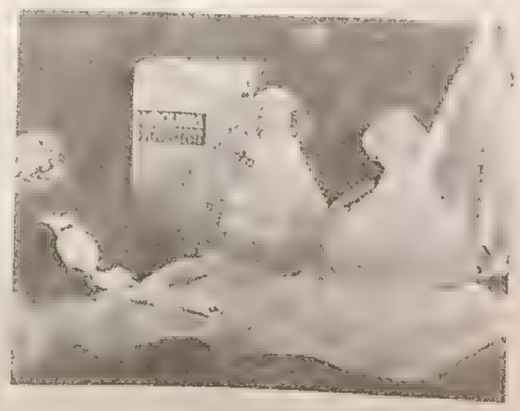
«Миша» — духи для мужчин. И не просто для мужчин, а для денди. Их автор — **Михаил БАРЫШНИКОВ.** Как и сам Миша, духи его навевают мысли о сладком аромате цветущих фруктовых садов и полевых цветов. Эти духи вряд ли подойдут мужчине, который кичится своей мужественностью.

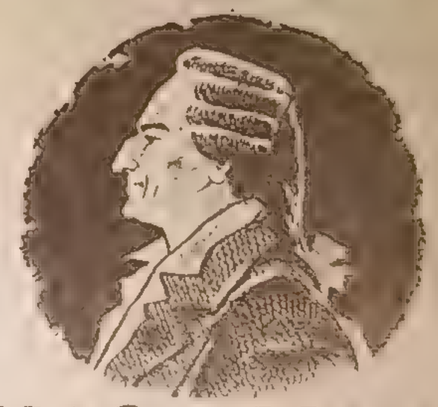
«Раскованная»— духи, выпущенные актрисой и певицей **Шер,**— должны были бы продаваться вместе с зажимом для носа. Аромат так силен, что его хватило бы на армию солдат, только что вернувшихся из боя. Они не для леди в жемчугах. Это сама Шер — в ее черных кожаных одеяниях. Правда, сама она сердита на производителей за то, что они сделали пластмассовые крышечки на флаконы, а не металлические, как было задумано. Она даже хочет подать на них в суд.

«Мгновения» Присциллы ПРЕСЛИ, вдовы короля рок-н-ролла Элвиса Пресли,— с весьма сильным ароматом, адресованы простым американским девушкам, чья голова кружится от любви, сладкого запаха денег и легкого чувства тоски по прошлому.

(По материалам зарубежной прессы)

ОТ РЕДАКЦИИ. «Натали» объявляет конкурс. Кто из наших звезд мог бы, по-вашему, подарить свое имя духам! Каким должен быть аромат! Оформление! Как они будут называться! Самые интересные предложения мы опубликуем, а трое победителей в конце года получат по флакону французских духов.





КАЗАНОВА В РОССИИ

(Продолжение)

Перевод Валентина ПОЛЯКОВА

Во всех домах, куда я ее отвозил, звучал одинаковый хор похвал ее непринужденности, изяществу и красоте. Я с удовольствием видел, насколько мало беспокоились выяснить, действительно ли она моя ученица или просто любовница и служанка. В этом отношении русские являются самыми покладистыми людьми в мире, и их практическая философия достойна и более цивилизованных народов.

Тот не видел России, кто не видел Москвы, и тот, кто знаком только с русскими Санкт-Петербурга, не знает русских истинной России. Здесь на жителей новой столицы смотрят, как на иностранцев. Истинной столицей для русских еще долго будет святая Москва, а Санкт-Петербург внушает ужас не одному старому московиту, которые при удобном случае охотно сформулируют против него такой же приговор, как произносил упрямый Катон относительно Карфагена*. Два города являются соперниками не только по своему общественному положению и предназначению, враждебными их делают и другие мотивы, а именно **религиозный и политический. Москва склоняется к прошлому этот город традиций и воспоминаний, город царей, дочь Азии, которая, к своему удивлению, оказалась в Европе. Я обнаружил эти черты в особенности здесь, что придает городу уникальную внешность.**

В восемь дней я осмотрел все

«ХРАНИ МЕНЯ, МОЙ ТАЛИСМАН»

В «шкатулке» июня — четыре прекрасных минерала. Каждый может выбрать камень и по цвету, и по душе.

АГАТ —

[illegible] халцедона.

[illegible] впервые нашли его на

[illegible] лики окислов железа и марганца, сгустки зеленого хлорита создают в агатах фантастический растительный мир.

В последние годы на ювелирных рынках камней появились вставки из афганских агатов: стеклянная прозрачность и строгая, зелеными «глазками» напоминает узорчатые восточные ситцы. Такой малахит и называют «ситцевым».

Украшения со вставками из него, оправленного в золото, ни в чем не уступают самым изысканным драгоценностям.

Да, «красный Диор» вплыл, будем

своей мужественностью.

«Раскованная» — духи, выпущенные ак-

иностранцев. Истинной ... русских еще долго будет святая Москва, а Санкт-Петербург внушает ужас и одному старому московиту, которые при удобном случае охотно сформулировали против него такой же приговор, как произносил упрямый Катон относительно Карфагена*. Два города являются соперниками не только по своему общественному положению и предназначению, враждебными их делают и другие мотивы, в значительной религиозный и политический. Москва склоняется к прошлому — этот город традиций и воспоминаний, город царей, дочь Азии, которая, к своему удивлению, оказалась в Европе. Я обнаружил эти черты в особенности здесь, что придает городу уникальную внешность.

В восемь дней я осмотрел все: церкви, монументы, фабрики, библиотеки, содержащиеся достаточно плохо, поскольку население, претендующее на традиционность, не любит книжности. Что касается самого общества, то оно показалось мне более приличным и более по-настоящему цивилизованным, чем в Санкт-Петербурге. Московские дамы в особенности любезны; они, например, ввели в моду обычай, который можно было бы ввести и в других странах: достаточно пришедшему поцеловать ручку, как тотчас же ему предлагаются и губки. Не поддается перечислению количество хорошеньких ручек, которые я поторопился перецеловать в первую же неделю своего пребывания там. За столом обслуживают неловко и без всякого порядка, но зато сами эти столы нагружаются с изобилием.

Наверное, это единственный город в мире, где богатые люди держат действительно открытый стол. Нет нужды быть приглашенным хозяином дома, чтобы принять участие в трапезе, достаточно быть известным ему. Часто получается, что друг дома приводит с собой нескольких уже своих знакомых, и им делают такой же прием, как и приглашенным хозяином. Если обеденная скатерть уже убрана, в минуту вам подадут другой обед. Не было случая, чтобы русский сказал: «Вы пришли слишком поздно». Подобная невежливость просто невозможна. В Москве кухни работают в любой час. Повара в частных домах заняты так же, как в Париже трактирщики, а хозяева домов так далеко простирают правила приличия, что считают себя обязанными делать честь, плохо ли, хорошо ли, всем этим приемам пищи, которые часто следуют друг за другом без перерыва до ночи. Я бы не хотел приобрести дом в Москве — мой кошелек и здоровье находились бы под угрозой.

(Продолжение следует)

***Напомним, что каждое свое выступление в римском сенате Катон заканчивал восклицанием: «А все-таки Карфаген должен быть разрушен!». (Примечания переводчика).**

«ХРАНИ МЕНЯ, МОЙ ТАЛИСМАН»

В «шкатулке» июня — четыре прекрасных минерала. Каждый может выбрать камень и по цвету, и по душе.

АГАТ —

одна из разновидностей халцедона.

Древние римляне впервые нашли его на берегах небольшой речки Ахатос на острове Сицилия (отсюда и название удивительного камня). Из него древние мастера резали гербы, амулеты, печати, знаменитые на весь мир геммы.

Его полосчатая текстура открывала простор творческому воображению резчика. Из розовых полос под резцом проступало прекрасное женское лицо. А из рыжевато-белых получалась высокая прическа, схваченная белой лентой. Плечи цвета слоновой кости прикрывала драпировка темной туники...

Впрочем, и нетронутый, природный агат настолько причудлив, что кажется, будто неизвестный художник запечатлел на камне свои ирреальные рисунки

То покрытые тонким льдом чуть просвечивающие озера, то плывущие на голубоватом фоне серые и белые облака. А то среди красных «всполохов» пожара покажутся руины сказочного замка

Отсюда названия агатов: озерные, облачные, руинные... И самое замечательное в рисунках — они никогда не повторяются

Около ста лет ученые мира стараются проникнуть в тайну загадочной слоистости агатов, но ни одна из гипотез не приблизилась к разгадке.

Если вы наденете бусы из агатов или любое украшение с этим минералом, колдуны и вампиры вам нипочем. Так считали древние, отдававшие, впрочем, предпочтение белым или желтым агатам.

Среди полосчатых агатов особенно хороши уральские камни. Они имеют только им присущую особенность: едва уловимое свечение, вернее, следы бликов от него. Уральские камнерезы называют эти камни «переливтами». А «рисунчатые» агаты с красноватыми полосками, мягко переходящими в желтоватые и зеленоватые полоски,—«шайтанским переливтом».

Особняком от живописного многоцветья стоят моховые агаты. Невзрачные, невыразительные на вид серые халцедоны обретают неповторимую, загадочную красоту, когда в глубине камня, в его микротрещинах и порах, пышным «цветом» распускаются папортниково- или мохоподобные включения — дендриты. Кристаллики окислов железа и марганца, сгустки зеленого хлорита создают в агатах фантастический растительный мир.

В последние годы на ювелирных рынках камней появились вставки из афганских агатов: стеклянная прозрачность и строгая, почти черная «графика», напоминающая пейзажи восточных миниатюр. К примеру, такой: гряды сопок на горизонте, а на переднем плане — искривленное ветрами дерево.

Еще с XIX века вошло в моду окрашивание агатов в разные цвета: зеленый, синий, красный, коричневый, черный... Но какие бы имитации других минералов ни удавалось получить в результате, ничто не сможет сравниться с красотой природного камня.

Древние астрологи считали, что агаты помогают обрести спокойствие и внутреннюю уверенность. А еще стать мягче и добрее к окружающим.

МАЛАХИТ —

так называли этот камень древние греки. Может быть, за зеленый цвет, напоминающий яркую окраску листьев мальвы (по-гречески «малахе»), а может, из-за исходящего мягкого («малакос») свечения.

Из малахита изготовляли предметы камнерезного искусства, бусы, вставки для колец, серег и брошей, но, пожалуй, больше всего — амулеты. Его можно считать одним из древнейших камней-оберегов.

Наши далекие предки считали, что заключенные в этом камне магические силы способны уберечь маленьких детей от любых опасностей, сохранить и принести счастье.

Об этом самоцвете слагались многочисленные легенды. По одной из них, он может сделать человека невидимым. По другой — кто пьет из малахитовой чаши, обретает способность понимать язык животных.

Самый красивый камень добывали из уральской «малахитовой шкатулки». Кажется, матушка-природа всю силу своего воображения и таланта вложила в этот минерал.

Радиально-лучистые переходы одного цвета в другой, чередование светло-голубого тона с темно-зеленым, почти черным, неожиданные всплески белого, будто подсвеченного изнутри...

Прихотливая вязь мелких колечек в сочетании с лучистыми голубовато-зелеными «глазками» напоминает узорчатые восточные ситцы. Такой малахит и называют «ситцевым».

Украшения со вставками из него, оправленного в золото, ни в чем не уступают самым изысканным драгоценностям.

Отполированная поверхность камня отливает шелковистым, атласным блеском, в некоторых видах близким к алмазному. Вот только твердость в два с половиной раза ниже, чем у короля минералов. Лишь камнерезы самой высокой квалификации способны хорошо отполировать этот камень. Иногда разные участки одного куска приходится полировать по-разному.

Работая с малахитом, русские камнерезы изобрели оригинальную технику, требующую виртуозного, филигранного мастерства. Распиливая дорогой камень на тонкие пластины — толщиной всего два-три миллиметра — и, тщательно подбирая рисунок, наклеивали их на вазы, шкатулки, столешницы и даже... на десятиметровые колонны Исаакиевского собора. Здесь использован другой вид уральского малахита — полосчатый или ленточный.

Несколько лет назад ученые Ленинградского государственного университета и специалисты ювелирной промышленности производственного объединения «Русские самоцветы» впервые в мире разработали промышленный способ выращивания малахита. По своим свойствам и виду он не уступает природному аналогу. А Свердловский завод освоил уникальную технологию и снабжает камнем ювелирные заводы не только России.

Перед тем, как заняться домашней или любой другой работой, необходимо снять кольца и браслеты, украшенные этим самоцветом. Лучше всего убрать их в шкатулку, отделанную изнутри мягкой тканью.

Астрологи считают этот камень обманчивым — он не всем показан. Девушкам носить малахит не рекомендуется, ибо он вызывает нездоровый интерес к его обладательницам. А вот всем, кто связан с искусством — литераторам, актерам, художникам, кто хочет долго оставаться привлекательным, не терять обаяния, лучшего «союзника» не найти.

Евг. ПЕНОВА

(Продолжение следует)

Он и она

Все могут короли...

ВЕЛИКИЕ СТРАСТИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА

Читатель, конечно, помнит песенку, которой Алла Пугачева начинала свой путь звезды советской эстрады. Она пела о том, что короли могут все, кроме одного — жениться по любви. И этот тезис, увы, во многом верен...

В 30-е годы на экраны вышел фильм «Майерлинг». Воспроизведенные в кинокартине события относятся к 1889 году. Место действия — Австро-Венгрия. Главные действующие лица — эрцгерцог Рудольф, тридцати одного года, и 18-летняя баронесса Мария Ветчера.

Кронпринц Рудольф, наследник престола Габсбургов, был несчастным человеком. Его брак с дочерью бельгийского короля Стефанией был чудовищной ошибкой, навязанной ему отцом, императором Францем-Иосифом. Злобная, сварливая, лишенная чувства юмора принцесса была неприятна ему и как женщина, и как человек. Он боролся с собой, пытаясь привыкнуть к отвратительному характеру жены, одинаково чопорной и пресной в гостиной и постели. Но это лишь привело к хроническому унынию и депрессии. Выход он стал искать в любовных утехах. Чередой сменялись любовницы, но ни одна из них не стала любимой.

Знакомство с юной баронессой Марией Ветчерой было поворотным в их судьбах. Рудольф страстно полюбил эту девушку, подлинным идолом которой был уже давно. В своих воспоминаниях близкие друзья Рудольфа отмечали, что невозможно было не заметить ее обожающего взгляда, безотрывно провожавшего Рудольфа во время приемов, на которые она бывала приглашена с матерью. Мария словно во сне двигалась среди роившихся гостей, и мысли ее были заняты только одним красавцем кронпринцем. Она писала своей подруге: «Я не могу жить, не повидав и не поговорив с ним». В другом письме мы читаем такую фразу: «Сегодня ты читаешь письмо счастливого человека, так как я была с ним».

Страстная увлеченность Марии наследником престола раздражала ее мать, женщину трезвую и практичную, постоянно находившуюся в поисках богатого и знатного холостяка на роль мужа своей дочери, витавшей, по ее мнению, в облаках. Однако судьба связала в тугой узел кронпринца Рудольфа, его жену Стефанию, Марию и ее мать баронессу Ветчеру. В Вене, Будапеште, Праге — во всей австро-венгерской империи сплетни о новой любовной связи эрцгерцога, как волны, наползали одна на другую. То была самая злободневная тема гостинных разговоров. Полиция постоянно докладывала императору, и тот, в конце концов, решил вмешаться. Рудольфу было поставлено условие — немедленно разорвать эту связь.

События, предшествовавшие заключительному аккорду романтической любви кронпринца и юной баронессы, начались 28 января 1889 года. Вечер этого дня Рудольф провел в обществе Марии. Они сидели у камина и ели жареную оленину, запивая ее шампанским. За окном шел густой снег...

На следующее утро Мария поднялась в комнату на втором этаже, и ее не видели приехавшие в Майерлинг на охоту друзья Рудольфа граф Гойос и принц Филипп Кобургский, зять Стефании. Вечером Рудольфу предстояло принять участие в семейном ужине у императора. Но он под предлогом простуды попросил Филиппа принести от его имени извинения императору за то, что он не может приехать.

На следующее утро граф Гойос одевался, когда слуга передал ему сообщение камердинера эрцгерцога, который был обеспокоен тем, что кронпринц не отвечает на неоднократный стук в дверь его спальни. Граф поспешил в замок и принялся вместе с камердинером колотить кулаками в дверь. Никто не отзывался. Тогда Гойос распорядился взломать дверь. В это время как раз подоспел из Вены принц Филипп. Когда взломали дверь, перед ними открылась леденящая кровь картина: на одной постели лежал полностью одетый кронпринц, со свешивающейся через край матраца пробитой пулей головой. Большая лужа крови растеклась по ковру. На второй постели, тоже одетая, лежала Мария Ветчера с запекшейся кровавой раной на виске. Между кроватями валялся револьвер Рудольфа.

Все пришли в ужас, но не столько от раскрывшейся перед ними картины, сколько перед тем грандиозным скандалом, который неминуемо должен был разразиться. У своего смертного одра Рудольф оставил недвусмысленные записки, которые могли оказаться компрометирующими для императорской семьи, стань они тогда известными. Мария оставила записку, предназначенную матери: «Прости меня за то, что я сделала. Я больше не могла сопротивляться своей страсти. С его согласия хочу быть похороненной рядом с ним. Я более счастлива в смерти, чем в жизни». Спустя тридцать шесть часов ее тело было увезено полицией и погребено на кладбище в ближайшей деревне. У слуг охотничьего замка была взята подписка о сохранении тайны. Газетам запретили даже намекать на происшедшее. Правда о трагедии в замке Майерлинг ушла в могилу вместе с Рудольфом и Марией...

Ф. В.

ИЩИТЕ СЧАСТЬЕ

(Продолжение)

Напоминаем, как определить «число экспрессивности». Сложите дату вашего рождения и порядковый номер месяца,

к одиночеству. Они ценят и уважают друг друга только при дружеских, духовных или профессиональных контактах. Но могут ли они вступить в семейный союз? Большой вопрос.

7 и 8. *У 7 все сводится к духовности, а у 8 — к материальности. В профессио-*

ЛИТЕРАТУРНАЯ ЛЮБОВИ

Ирина БОРИСОВА

ГДЕ ОНИ САДИЛИСЬ?

— Где они садились? — спрашиваю я, когда мы проезжаем вдоль вереницы машин у его завода.

— Кто? — спрашивают в ответ и он, и наш мальчик.

подумал?», и в том, что он звонил мне с работы чуть не каждый час. И больно было оттого, что в день приезда на [illegible] я [illegible] моложе, в глазах у него [illegible] светилось, и он тоже [illegible] к зеркалу, посмотрелся и сказал: «Не

фразу: «Сегодня ты читаешь письмо счастливого человека, так как я была с ним».

Страстная увлеченность Марии наслед-

волны, пользуясь тем, что такую была самая злободневная тема гостинных разговоров. Полиция постоянно докладывала императору, и тот, в конце концов, решил вмешаться. Рудольфу было постав-

видели приехавшие в Майерлинг на охоту друзья Рудольфа граф Гойос и принц Филипп Кобургский, зять Стефании. Вечером Рудольфу предстояло принять

даже намекать на происшедшее. Правда о трагедии в замке Майерлинг ушла в могилу вместе с Рудольфом и Марией...

Ф. В.

ИЩИТЕ СЧАСТЬЕ

(Продолжение)

Напоминаем, как определить «число экспрессивности». Сложите дату вашего рождения и порядковый номер месяца, в котором вы родились. Если полученная цифра меньше десяти — это и есть ваше число. Если больше — действуйте по схеме, приведенной ниже.

Пример: вы родились 18 ноября.
18+11=29
29 — это 2+9=11;
а 11 — 1+1=2.

Итак, «ваше число» 2. Теперь высчитайте аналогичное для вашего друга.

Сегодня — варианты для тех, чье число экспрессивности 7.

7 и 1. 7 — интроверт. 1 — экстраверт Это взаимодополняющая комбинация Они не ищут глубины чувств, но, стремясь жить подле друг друга, разумно делят ответственность. Возможно, в их отношениях больше дружбы, чем любви, но они длительны.

7 и 2. Нужно заранее знать, что 7 нелегко открывает свои чувства. Но 2 в них очень нуждается... В дружбе — полное взаимопонимание, но они рискуют причинить друг другу боль.

7 и 3. В интеллектуальном плане этот союз функционирует отлично. Но в любовном — все иначе. 3 необходимо развлекаться, а 7 скрытен и склонен к рефлексии. Если 3 сможет передать присущую ему радость жизни 7, то последний выползет из своей ракушки. Если же нет, их пути разойдутся.

7 и 4. Их объединяют сдержанность. Не ищите в этом союзе буйства чувств и всепоглощающей страсти — скорее, согласия, понимания и спокойствия.

7 и 5. 5 — экстраверт, 7 — интроверт. Оба независимы, оригинальны, и это их сближает. Отношениям благоприятствует общность духовных, интеллектуальных и профессиональных интересов.

7 и 6. Союз сердца (6) и ума (7). Результаты непредсказуемы. Они прекрасно поймут друг друга, если готовы на взаимные уступки. Либо будут раздражены из-за невозможности полноценно [illegible]ться. 6 обычно нуждается в обще[illegible]. а 7 часто стремится к одиночеству.

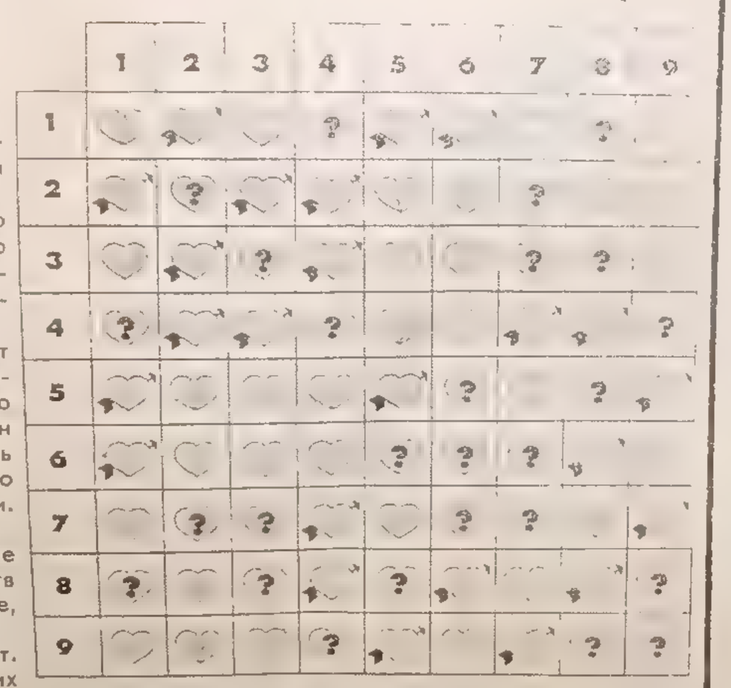
7 и 7. Это два интроверта, склонных к одиночеству. Они ценят и уважают друг друга только при дружеских, духовных или профессиональных контактах. Но могут ли они вступить в семейный союз? Большой вопрос.

7 и 8. У 7 все сводится к духовности, а у 8 — к материальности. В профессиональной сфере хороший союз, но любовь невозможна, так как 8 любит командовать парадом, а 7 с трудом переносит зависимость.

7 и 9. Что их сближает? Идеи, духовные потребности, поиски оригинального образа жизни. Но, увы, в области чувств, 9 — идеалист...

(Продолжение следует)

«ELLE» ПАРИЖ



Это прекрасно!

Да, Конечно.

Почему бы и нет!

Сложно.

ИСТОРИЯ ЛЮБВИ

Ирина БОРИСОВА

ГДЕ ОНИ САДИЛИСЬ?

— Где они садились?— спрашиваю я, когда мы проезжаем вдоль вереницы машин у его завода.

— Кто?— спрашивают в ответ и он, и наш мальчик.

— Они,— со значением говорю я, и он, усмехаясь, понимает, а мальчик продолжает: «Ну кто, они-то?»,— и я отвечаю: «Папины хорошие друзья».

Я расшифровала все в тот же день, когда он приехал за нами на дачу не утром, а вечером, сказав, что сломалась машина, и я поначалу ругалась, что мог бы передать с соседями, а то сиди вот так и психуй. Накануне я как раз видела плохой сон, и это была пятница, а месяц назад у нас умер сорокалетний сосед, и я обрадовалась — сломалась машина. А вечером в городе был звонок, в трубку молчали, и я вдруг с ужасной злобой спросила: «Ну что, будете говорить, нет?» И ничего, кажется, не сознавая, обернулась к нему: «Это кто звонил?»— и по его не умеющему врать лицу сразу поняла — да, именно так, но он буркнул, что не имеет понятия. А потом мы сидели на диване, и я сказала: «Этого у нас еще не было — ну, говори». И он начал говорить дозами — сначала, что попросили помочь с ремонтом, и я спросила только: «Как же ты мог?..», встала и ушла в ванную. Я выстирала все, что было грязного в доме, я стирала до половины второго, я думала только: «Вот, вот, как оно бывает!», потом пошла на кухню и села с газетой. Он лежал, не спал, я прочитала газету от корки до корки, вернулась, наконец, в комнату, сказала: «Ну, теперь давай говорить».

Я спрашивала, он отвечал, и паузы были по полчаса и после вопроса, и после ответа. «И что ты думаешь делать?»— спросила, наконец, я. «Сколько лет мы с тобой живем?»— вздохнув, ответил он. «Это не имеет значения»,— замотала я головой и прибавила, что его общению с ребенком препятствовать не буду. И я впервые представила, как это все может быть, и меня затрясло, и он, наверное, тоже представил, потому что затрясло и его, и мы принялись говорить уже без пауз, а наутро он отнес книжки по вязанию и позвонил мне, сказал, что все.

И было ощущение приторно-сладкого, избитого театра, когда я говорила: «Ты уверен, что хочешь именно этого? Ты подумал?», и в том, что он звонил мне с работы чуть не каждый час. И больно было оттого, что в день приезда на дачу он выглядел моложе, в глазах у него что-то светилось, и он даже подошел раз к зеркалу, посмотрелся и сказал: «Нет никакого живота»,— а после той ночи он лет на десять постарел, и в глазах у него уже не светилось ничего. И я вспомнила, как мы собирали в тот день на даче шиповник, и он оживленно рассказывал, что женщины из его отдела говорят, что я вяжу ему красивые свитера, и говорил еще, как тяжело приходится им, одиноким, как они мужественно делают сами ремонт и чинят на даче крышу, а вот есть другие женщины, для которых родная контора — дом, хохочут, поливаются духами, и с ними он не мог бы иметь никаких дел. И я, развесив уши, собирала с ним шиповник, виновато поглядывая на Ларису, вдову умершего соседа, которая собирала шиповник одна. И когда она спросила, не можем ли мы ее захватить, мы дружно и сокрушенно закачали головами: «Нет, уезжаем все, полная машина»,— и мне было еще стыднее, я представляла, как она долго готовилась, чтобы подойти и спросить.

И после была сумасшедшая неделя, он задерживался на бензоколонке, и я думала: «Вот и хорошо, все, надо разрубить, и конец!». «Ну, что мне теперь делать?— восклицал он.— Ну, очереди за бензином по километру, ну, пойди проверь!». А днем я не слушала, что там болтает мальчик про отметки, вкладыши и восточные единоборства, я смотрела в окно и хотела только выследить, чтобы выгнать, и никому не могла рассказать, а когда он приходил, вываливала все ему. Мне стало неинтересно ругаться и пилить, и было жалко, потому что исчезло что-то привычное, родное. Но все изменилось ночью, я сама удивлялась, отвечала ему, что, наверное, от жадности, и он смеялся и качал головой.

А потом мой отпуск кончился, и я закружилась в переводах, магазинах, троиках, которые нанес ребенок, и совсем перестала думать, но иногда только, очень остро что этого уже не забыть.

— Так где же все-таки они садились?— повторяю я.

— Не надо больше об этом думать,— говорит он.

— Ну, садились, ну и что?— в недоумении спрашивает наш ребенок.

ДВАДЦАТЬ ШЕСТЬ ЛЕТ СПУСТЯ

И ВСЯ ЛЮБОВЬ!

Сначала она любила супермена. Потом — респектабельно-вальяжного джентльмена. Затем — мятущегося интеллигента... Просто деваться было некуда — ведь это все был ОН.

Из-за него она не вышла замуж. И, упаси Бог, случись в ее доме пожар, первое, что выхватила бы она из огня — альбом с его фотографиями...

Он — 185-сантиметровый викинг Юозас БУДРАЙТИС, великолепный и недостижимый. Она — наша хорошая знакомая, большая умница и недурна собой. Сильно подозреваем, что аналогичная участь постигла не только ее...

А что же он!

— Конечно, увлечения могут быть. Главное, чтобы в отношениях было что-то настоящее.

— Жена ревнует к поклонницам!

— Смысла нет ревновать. Ведь жена всегда остается женой. Пожалуй, самая большая наша сложность — ей часто приходится оставаться одной. Правда, сейчас легче. Дети уже выросли. Дочке — 12 лет, а сын учится в консерватории. На нынешнее рождество у меня родился внук Миколас. Я очень люблю ездить вместе с ними к морю. Когда снимался в Болгарии, там появились знакомые, которые потом пригласили нас на отдых. Еще любим Ниду. Какое море, коса песчаная!.. А летом — к моей маме в деревню. Так-то она одна там с курами воюет...

Люблю отдыхать всей семьей потому, что когда мы вдвоем с женой, часто из-за пустяков ссоримся. Дети действуют умиротворяюще.

А вообще вся моя жизнь проходит под знаком работы. Прихожу усталый, часто раздраженный. Падаю в кресло, ноги повыше — посижу час — и спать.

— Так много играете!

— Два года назад я ушел из театра. Мой срок на благородном, но неблагодарном посту председателя Союза театральных деятелей Литвы заканчивается в августе 1993 года.

Осенью мы собираемся организовать подобную творческую лабораторию с итальянцами, а в будущем году — с финнами. Наш театр Некрошюса тоже всемирно известен. Режиссер Вильнюсского малого театра Туминас со своим «Вишневым садом» приглашен в турне по Швеции, Дании, Финляндии, Норвегии. Так что и нам есть чем поделиться с зарубежными коллегами. Надеемся в мае будущего года провести в Литве Международный театральный фестиваль «Лайф».

— Интересно, как такой видный общественный деятель сегодняшней Литвы относится к своему кинодебюту в фильме «Никто не хотел умирать»!

— Если не мешать картину с политикой, с профессиональной точки зрения она сделана здорово. После нее сразу заговорили о литовской актерской школе. Хотя, если говорить откровенно, тогда ее не было. Просто типажи исполнителей ролей. Своим [illegible] ний» не играть. Конечно, образ комичный, не от мира сего. Но я всего лишь утрировал свои качества.

— Думаем, этим признанием вы многих удивили. А слабо удивить еще чем-нибудь!

— Запросто. Например, состою в Союзе художественной фотографии Литвы, были даже международные выставки. Люблю ловить неожиданные ракурсы друзей — Регимантаса Адомайтиса, Ирины Мирошниченко, Донатаса Баниониса, Иннокентия Смоктуновского... Правда, за два года забыл, на какую кнопку в фотоаппарате нажимать.

Живописью много лет занимался. Сюжет картин меня не очень интересовал. Главным было не что писать, а как. Колорит, форма, фактура. Мои картины достаточно абстрактны. Некоторые висят дома, но большинство в мастерской. Там тоже почти два года не был. Боюсь даже заходить — все, наверное, в паутине.

ВОТ ТЕ НА!

Когда портной еще и математик

Портной-любитель из Варшавы Альфред Элерт в течение своей жизни [illegible] множество мужских костюмов, даже не встречаясь с заказчиками. Математик по профессии, он вывел весьма [illegible] формулу. Зная вес, рост, ширину плеч и объем талии клиента, Альфред шил одежду без примерки.

На ужин — десять котлет

Где живет самый толстый в мире человек? Пока на такой вопрос ответ дать нельзя, поскольку сам он разрешил репортерам назвать в газетах только свое имя. Зовут его Альберт, возраст — 33 года, вес — 380 килограммов. Его чрезмерная полнота — не следствие заболевания, а всего лишь итог невероятного аппетита. За завтраком Альберт съедает 10 сдобных булочек с килограммом окорока. В обед, кроме первого, поглощает два с половиной килограмма жареного мяса с гарниром. Любимое его блюдо — свиная печенка. Ужинает Альберт скромно — всего десять котлет. В полночь он снова голоден и встает с постели, чтобы слегка перекусить. Чаще всего это два жареных цыпленка. Ходит толстяк с трудом, быстро устает. В автомобиль его переносят два крепких родственника. Живет Альберт с матерью, которая с утра до ночи готовит для обжоры. Она же шьет для [illegible] рубашки из 20 метров материала, [illegible] ку в магазине подобрать ничего невозможно.

Устали без работы

Все пожарные из техасского [illegible] Туксон подали в отставку. Дело в том, что в городе за восемьдесят с лишним лет не было ни одного пожара. Брандмайор заявил, что это слишком долго. Пожарные решили переменить профессию.

Земляне подрастают

В годы Средневековья рост мужчины равнялся в среднем 167 сантиметров. Сегодня представители сильного пола примерно на десять сантиметров «подросли». Интересно, что такой же шаг «вверх» сделали и женщины. Сегодня девушка может стать манекенщицей только в том случае, если ее рост не менее 170 [illegible] метров.

— Смысла нет ревновать. Ведь жена всегда остается женой. Пожалуй, самая большая наша сложность — ей часто приходится оставаться одной. Правда, сейчас легче. Дети уже выросли. Дочке — 12 лет, а сын учится в консерватории. На нынешнее рождество у меня родился внук Миколас. Я очень люблю ездить вместе с ними к морю. Когда снимался в Болгарии, там появились знакомые, которые потом пригласили нас на отдых. Еще любим Ниду. Какое море, коса песчаная!.. А летом — к моей маме в деревню. Так-то она одна там с курами воюет...

Люблю отдыхать всей семьей потому, что когда мы вдвоем с женой, часто из-за пустяков ссоримся. Дети действуют умиротворяюще.

А вообще вся моя жизнь проходит под знаком работы. Прихожу усталый, часто раздраженный. Падаю в кресло, ноги повыше — посижу час — и спать.

— Так много играете!

— Два года назад я ушел из театра. Мой срок на благородном, но неблагодарном посту председателя Союза театральных деятелей Литвы заканчивается 19 марта 1993 года.

Честно говоря, эта работа приносит порой удовлетворение даже большее, чем сыгранный спектакль. Союз защищает актеров, помогает не потерять работу, совершенствовать школу. 24 мая мы приняли гостей из Лондонского национального театра. Теперь каждый день пятнадцать профессионалов занимаются с актерами из разных театров Литвы. Им повезло: ведь английская театральная школа — лучшая в мире.

Осенью мы собираемся организовать подобную творческую лабораторию с итальянцами, а в будущем году — с финнами. Наш театр Некрошюса тоже всемирно известен. Режиссер Вильнюсского малого театра Туминас со своим «Вишневым садом» приглашен в турне по Швеции, Дании, Финляндии, Норвегии. Так что и нам есть чем поделиться с зарубежными коллегами. Надеемся в мае будущего года провести в Литве Международный театральный фестиваль «Лайф».

— Интересно, как такой видный общественный деятель сегодняшней Литвы относится к своему кинодебюту в фильме «Никто не хотел умирать»!

— Если не мешать картину с политикой, с профессиональной точки зрения она сделана здорово. После нее сразу заговорили о литовской актерской школе. Хотя, если говорить откровенно, тогда ее не было. Просто типажи исполнителей удачно легли на материал. Своим «крестным отцом» считаю режиссера Желакявичюса. Кстати, у него проходил практику в фильме «Кентавры», когда сам закончил высшие режиссерские курсы.

— А есть среди сыгранных роль, в которой вы узнаете себя!

— Сыграв нюхача Наркиса, я получил много писем. После ролей суперменов просили больше «подобных недоразумений» не играть. Конечно, образ комичный, но от мира сего. Но я всего лишь утрировал свои качества.

— Думаем, этим признанием вы многих удивили. А слабо удивить еще чем-нибудь!

— Запросто. Например, состою в Союзе художественной фотографии Литвы, были даже международные выставки. Люблю ловить неожиданные ракурсы друзей — Регимантаса Адомайтиса, Ирины Мирошниченко, Донатаса Баниониса, Иннокентия Смоктуновского... Правда, за два года забыл, на какую кнопку в фотоаппарате нажимать.

Живописью много лет занимался. Сюжет картин меня не очень интересовал. Главным было не что писать, а как. Колорит, форма, фактура. Мои картины достаточно абстрактны. Некоторые висят дома, но большинство в мастерской. Там тоже почти два года не был. Боюсь даже заходить — все, наверное, в паутине. А с каким удовольствием закрылся бы в мастерской и рисовал...

Мы договорились с господином Будрайтисом, что в следующий раз непременно нарушим покой паутинного царства его мастерской.

Валентина ВАСЕЙКО,
Лариса ДАНИЛОВА

Вита, Юстина, Юозас и Мартинас Будрайтисы.

Фото Владаса ГУЛЕВИЧЮСА.

ПРАЗДНИК КАЖДЫЙ ДЕНЬ

Шоколадка и что-нибудь белое

Есть один день в году, когда японки сбрасывают традиционные запреты и переходят в наступление...

В праздник Барентаинди можно без стеснения поднести мужчине своего сердца подарок в знак любви. Обычно это коробка дорогого шоколада.

В этом году розничные торговцы потирают руки, предвкушая доход в 100 миллиардов йен (434 миллиона фунтов стерлингов) от женских покупок (причем, 60 процентов этой суммы именно от сладостей).

Барентаинди — изобретение шоколадного производителя Кунио Хары, который в 1960 году ловко ввел его как день, когда «женщина может признаться в любви своему мужчине». Но тонны шоколада — не единственная пища любви. В этот день покупательницы расхватывают и мешки с рисом. Мелкие предметы гардероба, в том числе и золотые пуговицы в 24 карата, также популярны.

Недавний экономический спад, по-видимому, не притупил стрелы Купидона. Проведенное исследование показывает, что сейчас каждая женщина покупает подарки в среднем для 4-8 мужчин. Разумеется, среди тех, кто снисходительно получает дары, не только любимый, но и сослуживцы, ведь японцы — это нация с развитым чувством долга. «Гиричоко» (шоколад долга, обязанности), хотя обычно и более дешев, как нельзя лучше способствует поддержанию гармоничных служебных отношений. Обычай этот настолько укоренился, что молодые сотрудницы офисов получают неодобрительные взгляды, если они приходят в этот день на работу с пустыми руками.

Еще одной хитрой уловкой, придуманной японскими торговцами, является так называемый «Белый День». Это день, когда мужчины, если они обладают хоть какими-то манерами, обязаны вернуть «долг» — белым шоколадом или... белыми трусиками. Японская мораль требует, чтобы каждый подарок был «отдарен» равноценным или превышающим по цене презентом.

В этом году, как утверждает другое исследование, каждый японец планирует потратить в среднем 65 фунтов на белые дары, чтобы выглядеть достойно.

По материалам газеты «Дейли телеграф» подготовила Елена ВЯЗНИКОВСКАЯ

и встает с постели, чтобы перекусить. Чаще всего это два жаренных цыпленка. Ходит толстяк с трудом, быстро устает. В автомобиль его переносят два крепких родственника. Живет Альберт с матерью, которая с утра до ночи готовит для обжоры. Она же шьет для него рубашки из 20 метров материала, поскольку в магазине подобрать ничего невозможно.

Устали без работы

Все пожарные из техасского города Тусон подали в отставку. Дело в том, что в городе за восемьдесят с лишним лет не было ни одного пожара. Бармейстер заявил, что это слишком долго. Пожарные решили переменить профессию.

Земляне подрастают

В годы Средневековья рост мужчины равнялся в среднем 167 сантиметров. Сегодня представители сильного пола примерно на десять сантиметров «подросли». Интересно, что такой же шаг «вверх» сделали и женщины. Сегодня девушка может стать манекенщицей только в том случае, если ее рост не менее 170 сантиметров!

Ограбление века

К одному из банков в испанском городе Севилье подъехала полицейская машина, из нее выбежала дюжина молодцов и образовала коридор, по которому проследовал солидный господин в штатском до кабинета директора. Через несколько минут директор приказал всем служащим сдать наличные деньги на хранение полицейским. «На нас готовится бандитское нападение»,— объяснил свой приказ директор. Моментально была собрана значительная сумма и отдана на хранение шефу полицейских. «Машина отвезет деньги в надежное место, а мы останемся охранять вас»,— сказал тот и велел своим подчиненным разойтись и устроить засады на подходах к банку.

Вот уже второй месяц директор банка и местные блюстители законности ищут как в воду канувших благородных защитников...

С луком и стрелами на акулу

Американский водолаз-любитель Хауард Хилл отправился под воду с луком и стрелами. С расстояния пять метров он смог смертельно ранить акулу длиной целых четыре метра. Причем Хилл поразил хищницу с первого выстрела.

По материалам зарубежной прессы и сообщениям наших корреспондентов.

★★★★

Гостиничный комплекс «АСТОРИЯ»

— гордость С.-Петербурга. Расположен на Исаакиевской площади, где находятся уникальные памятники архитектуры — конная статуя Николая I и бывший Мариинский дворец.

«АСТОРИЯ» оборудована по принципу лучших отелей мира:

— 436 номеров на 800 мест, в т. ч. «люкс-аппартаменты», двухкомнатные «люксы» и однокомнатные номера. В «люкс-аппартаментах»— кухни и сауны. Элегантная мебель, уют, комфорт — основные достоинства нашего отеля;

— бюро обслуживания, пункт обмена валюты, салон красоты, парикмахерская; сувенирные киоски, магазины, почта;

— конференц-зал на 200 мест, оснащенный современным акустическим, телетрансляционным кино- и радиооборудованием для проведения симпозиумов и конференций;

— бизнес-центр с телефонной, телексной и телефаксной связью;

— прокат автомобилей фирмы «Иннис» (в т. ч. с водителем);

— рестораны «Зимний сад», «Астория» и «Англетер»; банкетный зал, гриль-ресторан, 2 кабинета, бары, буфеты;

— в корпусе «Англетер» находятся фитнесс-центр с бассейном, сауной и тренажерным залом;

— сервис-бюро, которое поможет вам: приобрести необходимую периодику, заказать авиа- и железнодорожные билеты, доставит в номер подарки, цветы и т. п.

ГК «АСТОРИЯ» оправдает ваши надежды

Мы приглашаем иностранных граждан и соотечественников, имеющих СКВ.

Наш адрес: **190000, С.-Петербург, Большая Морская (бывшая ул. Герцена), 39**

Факс **315-96-68**
Тел. **311-42-06**
Телекс **121213**
Astor SU

Милости просим!

Если вас настиг недуг, фирма «Знахарь»— лучший друг!

Вы устали от скучной и тяжелой домашней рабо-

Красота — это ваша сила!

Если вы хотите быть всегда молоды, неотразимы и энергичны —

ФИРМА «ЮНИМЕД СЕРВИС»

Учредитель и издатель — фирма «Дом Натали»
Директор — главный редактор Марк МОНУСОВ
Представитель газеты в Париже — Таня ЭЛИАШЕВА, тел. 48-871-133.

Над выпуском работали:
Валентина ВАСЕЙКО, Лариса ДАНИЛОВА (редактор по рекламе), Ирина КОСЕНЮВА, Екатерина МОНУСОВА (ведущий редактор), Светлана ЕЛИЗАРОВА.
Художник Александр ВИНОГРАДОВ, фотограф Артем ЮЛИН.

Адрес редакции: 190008. Санкт-Петербург, ул. Садовая, 98/27.
Адрес для писем: 190008, а/я 132
Тел. 114-44-87.
Регистрационное свидетельство № 168 выдано Мининформпечатью РСФСР 05.10.90 г.

Отпечатано с готовых фотоформ в Ломоносовской типографии Ленуприздата.
189510, г. Ломоносов, пр. Юного ленинца, 9.

Заказ 5497. Тираж 568000.

Подписаться на газету можно в любом отделении связи России

ЗЕМЛЯ КОРМИЛИЦА

№5
1999 год

Ежемесячная популярная газета

ПЕРЕЦ И БАКЛАЖАНЫ - кладезь витаминов

Фиолетовый сладкий перец

ПЕРЕЦ

Перец - одна из ценнейших овощных культур. Он любит тепло и свет. В недалёком прошлом перец и баклажаны возделывали в основном в южных районах страны. Однако последние годы очень многие владельцы садово-огородных участков выращивают эти ценные овощи почти повсеместно.

По хозяйственно-ценным признакам перец делят на три группы: овощной (сладкий), стручковый и острый.

Перец овощной (сладкий) имеет крупные плоды самой различной формы и окраски. Масса плодов от 30 до 250 г., мякоть толстая (4-7 мм.), сладкая. Сорта этого типа используются для потребления в свежем виде и производства консервов. В народе этот тип перца часто называют болгарским, так как он распространился на юге России и Украины от овощеводов-болгар.

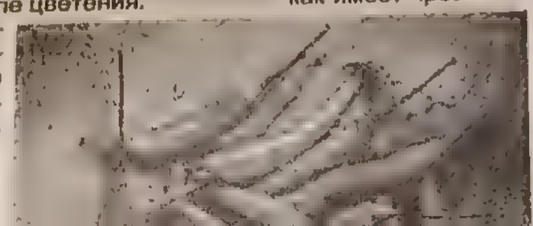
Перец стручковый имеет длинные, конусовидные плоды массой 12-15 г. с тонкой (1-2 мм.), легко высыхающей ярко-красной мякотью. Плоды острые, с ароматом. Сорта этого типа используются для консервирования, для приготовления специй, для сушки. Перец стручковый можно выращивать в цветочном горшке и перенести в помещение, перец продолжит развитие и опять даст плоды.

Листья гладкие, яйцевидные, с заостренной вершиной, цветки чаще одиночные, беловато-жёлтые или серовато-фиолетовые.

Форма плода колеблется от узкой, длинной, изогнутой до шаровидной и призмовидной. Окраска плодов зависит от сорта и степени спелости - в технической спелости они могут быть белыми, светло-зелёными, зелёными, тёмно-зелёными, кремовыми; в биологической - жёлтыми, красными, тёмно-красными, коричневыми. В плоде содержится 180-210 штук семян. Масса 1000 семян - 4,8-6 г. Всхожесть их сохраняется два-три года, затем быстро падает.

Вегетационный период перца очень длинный: от всходов до цветения проходит 83-96 дней, от всходов до созревания - 135-150 дней. Период плодоношения (в зависимости от условий выращивания и сроков наступления первых заморозков) составляет от 38 до 70 дней. От фазы видимого цветка до его раскрытия проходит 18-22 дня.

Биологическая спелость плодов наступает через 30-40 дней после цветения.



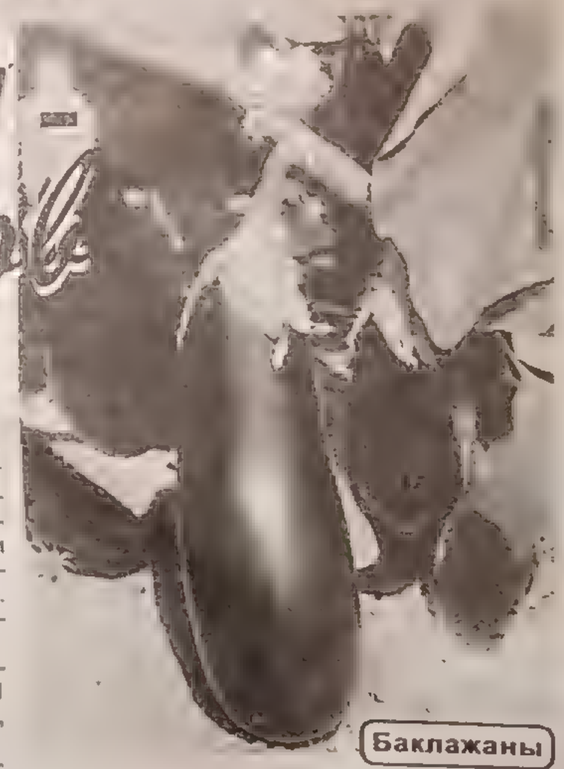
Цветки в солнечную погоду раскрываются по утрам, от 6 до 10 часов, в пасмурную - позже. На растении обычно образуется до 30-80 цветков, но одновременно

Ласточка - среднеранний высокоурожайный сорт, устойчивый к увяданию. Плоды среднего размера, конусовидные, массой 70-80 г., с толстой мякотью. В технической спелости - светло-зелёные, в биологической - красные. Продолжительность периода от всходов до наступления технической спелости - 115-120 дней. Сорт отличается дружностью созревания, повышенной лёжкостью и транспортабельностью плодов. Можно выращивать на балконе и в комнатной культуре. В настоящее время именно этот сорт наиболее распространён в теплицах.

Здоровье - очень раннеспелый и урожайный сорт, дающий до 14 кг. плодов с 1 м². Плоды крупные (100-120 г.), длинные, конусовидные.

Подарок Молдовы - среднеспелый высокоурожайный сорт, устойчивый к увяданию. Плоды крупные, длинные, массой до 100 г., в технической спелости - зелёные, в биологической - красные. Продолжительность периода от всходов до начала технической спелости - 120-140 дней. Растение высокорослое. Отличается дружным созреванием плодов.

Винни-Пух - очень скороспелый сорт с толстомясыми ровными, гладкими плодами массой до 90 г. Слабо поражается тлей, так как имеет чрезвычайно жёсткий лист. Плодоношение наступает на 100-110 день после появления всходов. Период плодоношения - 10-15 дней. Растение низкорослое, плодоношение букетного типа (все плоды собраны на верхушке растения).



Баклажаны

жная клетчатка баклажана стимулирует деятельность кишечника, предупреждает развитие гнилостных процессов. Очень полезно принятое во многих национальных кухнях использование баклажанов в качестве гарниров к жирной мясной пище. Врачи-диетологи рекомендуют включать блюда из баклажанов в меню тех, кто страдает заболеваниями печени и почек, желудочно-кишечного тракта.

БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ

Стебель баклажана прочный, опущенный, иногда покрытый редкими шипами, прямостоячий. Листья крупные, овальные или удлинённо-яйцевидные. Окраска их меняется от зелёной до тёмно-фиолетовой. Цветки одиночные или собраны в кисть (до 5 цветков). На растении формируется от одного до 25

стков выращивают эти ценные овощи почти повсеместно.

По хозяйственно-ценным признакам перец делят на три группы: овощной (сладкий), стручковый и острый.

Перец овощной (сладкий) имеет крупные плоды самой различной формы и окраски. Масса плодов от 30 до 250 г., мякоть толстая (4-7 мм.), сладкая. Сорта этого типа используются для потребления в свежем виде и производства консервов. В народе этот тип перца часто называют болгарским, так как он распространился на юге России и Украины от овощеводов-болгар.

Перец стручковый имеет длинные, конусовидные плоды массой 12-15 г. с тонкой (1,5-2 мм.), легко высыхающей ярко-красной мякотью. Вкус её может быть как сладким, так и слабоострым. Используется этот вид перца для помола (паприка).

Перец острый обычно мелкоплодный. Плоды массой 5-6 г. с тонкой мякотью имеют очень острый вкус и используются как приправа. В молотом виде острый перец добавляют в сладкую паприку. Наиболее острой является кайенская разновидность, поэтому часто острый перец и называют кайенским.

Перец выделяется среди других овощей своей питательной ценностью. По содержанию витамина С (до 300 мг. на 100 г. сырого вещества) ему нет равных. Количество этого витамина в плодах увеличивается по мере их созревания. Перец - богатый источник витамина Р (рутина), повышающего прочность капилляров кровеносной системы. Рутин повышает в 1,5-2 раза биологическую активность витамина С, способствует сохранению его при переработке и хранении. Плоды перца богаты минеральными солями, особенно калия, кальция, железа.

Перец настолько богат биологически активными веществами, что 1-2 его плода могут обеспечить суточную потребность взрослого человека в витаминах.

БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ

Стебель перца травянистый, древеснеющий у основания. Биологически это многолетнее растение - если на зиму его пересаживать в плодоносящий сосуд, то оно будет плодоносить 2-3 года, затем быстро падает.

Вегетационный период перца очень длинный: от всходов до цветения проходит 83-96 дней, от всходов до созревания - 135-150 дней. Период плодоношения (в зависимости от условий выращивания и сроков наступления первых заморозков) составляет от 38 до 70 дней. От фазы видимого цветка до его раскрытия проходит 18-22 дня.

Биологическая спелость плодов наступает через 30-40 дней после цветения.

Цветки в солнечную погоду раскрываются по утрам, от 6 до 10 часов, в пасмурную - позже. На растении обычно образуется до 30-80 цветков, но одновременно цветут 7-10. Завязывается 30-40% раскрывшихся цветков.

Перец - очень теплолюбивое растение. В пасмурную погоду или при сильном затенении оно развивается при температуре 20°С, в ясные, солнечные дни - при 30°С. Ночью оптимальная температура для перца 15-18°С. При снижении температуры воздуха днем до 16-18°С сроки цветения и созревания плодов отодвигаются на 12-15 дней и более. При 10°С процессы роста и развития приостанавливаются.

Растения наиболее требовательны к температуре воздуха во время бутонизации и массового цветения. В этот критический период, который длится около 30 дней, оптимальная дневная температура 28-30°С, после цветения - 20-25°С.

Перец относится к самоопыляющемуся растению, но возможно и перекрестное опыление. Так как пыльца у перца тяжелая, липкая и по воздуху переносится на расстояние не более 1 м, перекрестное опыление происходит в основном с помощью насекомых. Острота мякоти плодов у перца вызывается наличием вещества капсаицина, физиологическая активность которого чрезвычайно велика (вкус ощущается даже при разведении в пропорции 1:2 млн.). Достаточно пыльце острого перца попасть на рыльце сладкого, как в плоде последнего будет ощущаться острый вкус. Поэтому нельзя сажать рядом сладкий и острый перец, поскольку весь он станет горьким.

Перец очень чувствителен к недостатку света - растения вытягиваются, у них опадают цветки и завязи. При недостатке влаги рост растений приостанавливается, кусты остаются карликовыми, плоды и завязи опадают.

Перец хорошо растёт лишь на почве со слабой кислотностью (pH 6-6,6).

Все виды перца очень чувствительны к избытку азота в почве: от чрезмерного его количества сильно развивается вегетативная масса растений в ущерб плодоношению, созревание плодов затягивается.

СОРТА

Наиболее приемлемы для выращивания в средней полосе России и нечерноземья такие сорта салатного перца:

Жгучий стручковый перец

Плоды крупные, длинные, массой до 100 г., в технической спелости - зелёные, в биологической - красные. Продолжительность периода от всходов до начала технической спелости - 120-140 дней. Растение высокорослое. Отличается дружным созреванием плодов.

Винни-Пух - очень скороспелый сорт с толстомясыми ровными, гладкими плодами массой до 90 г. Слабо поражается тлёй, так как имеет чрезвычайно жёсткий лист. Плодоношение наступает на 100-110 день после появления всходов. Период плодоношения - 10-15 дней. Растение низкорослое, плодоношение букетного типа (все плоды собраны на верхушке растения).

Виктория - среднеспелый сорт с толстостенными, среднего размера плодами. Продолжительность от всходов до наступления технической спелости - 120-125 дней. Отличается дружным созреванием, повышенной лёжкостью и транспортабельностью плодов.

Нежность - среднеранний и среднерослый сорт. Высота куста в плёночных теплицах - до 100 см. Плоды усечённо-пирамидальные, крупные, массой до 100 г., толстостенные (6-8 мм.), окраска в технической спелости белёсая, в биологической - красная. Кожица тонкая, мякоть очень нежная.

Сорта **Здоровье** и **Нежность** созданы специально для выращивания в теплицах. Кроме того, перспективны для выращивания в теплицах скороспелый сорт **Кристалл**, устойчивый к увяданию **Колобок** и **Виктория**, а также сорт **Новосибирский**, у которого от всходов до созревания первых плодов проходит 95-100 дней.

БАКЛАЖАН

Баклажаны названы в народе синими. На самом деле длинные, грушевидные и круглые плоды очень разнообразны по окраске и могут быть не только синими, но и красными, тёмно-фиолетовыми, в зелёную полоску, в крапинку. В баклажане содержится соланин - ядовитое вещество, количество которого увеличивается по мере созревания плодов. Поэтому перезревшие плоды, начавшие приобретать коричневый цвет, в пищу употреблять не рекомендуется.

Баклажаны ценятся за высокие вкусовые и лечебные качества. Они способствуют выведению лишней жидкости из организма, нормализуют сердечную деятельность, водно-солевой обмен, способствуют выведению солей. Вот почему баклажаны особенно полезны пожилым людям, а также тем, кто страдает сердечно-сосудистыми заболеваниями, отёками, связанными с ослаблением работы сердца, подагрой.

Баклажаны способствуют кислотно-щелочному равновесию в организме, употребление их в пищу значительно (до 50%) снижает содержание в крови холестерина. Нормализуют деятельность кишечника, предупреждают развитие гнилостных процессов. Очень полезно принятое во многих национальных кухнях использование баклажанов в качестве гарниров к жирной мясной пище. Врачи-диетологи рекомендуют включать блюда из баклажанов в меню тех, кто страдает заболеваниями печени и почек, желудочно-кишечного тракта.

БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ

Стебель баклажана прочный, опушенный, иногда покрытый редкими шипами, прямостоячий. Листья крупные, овальные или удлинённо-яйцевидные. Окраска их меняется от зелёной до тёмно-фиолетовой. Цветки одиночные или собраны в кисть (до 5 цветков). На растении формируется от одного до 25 плодов различной крупности. Длина плода 6-70 см., масса 30-2000 г. Окраска плодов - фиолетовая разных оттенков, зелёная или белая, в фазе технической спелости - от светло-лиловой до тёмно-фиолетовой, в фазе семенной спелости - от серо-зелёной до буровато-жёлтой.

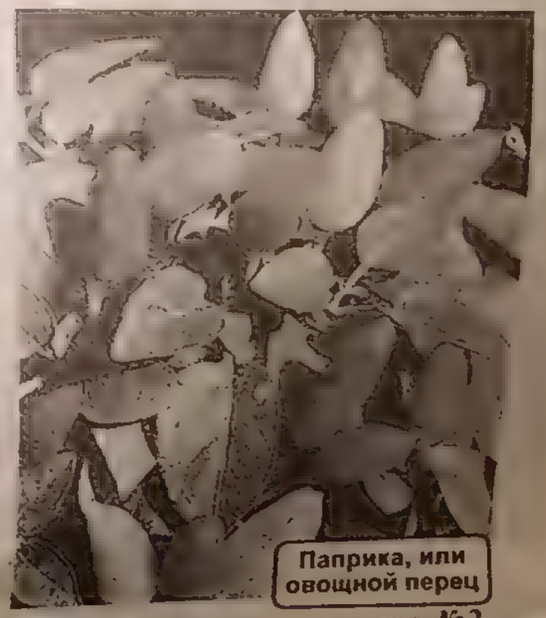
Семена баклажанов мелкие, серовато-жёлтые, масса 1000 семян - 4,6 - 5,5 г. Всхожесть их сохраняется 3-4 года.

У самых скороспелых сортов от всходов до начала технической спелости проходит 85-100 дней.

В настоящее время в России в культуре распространены два подвида баклажанов.

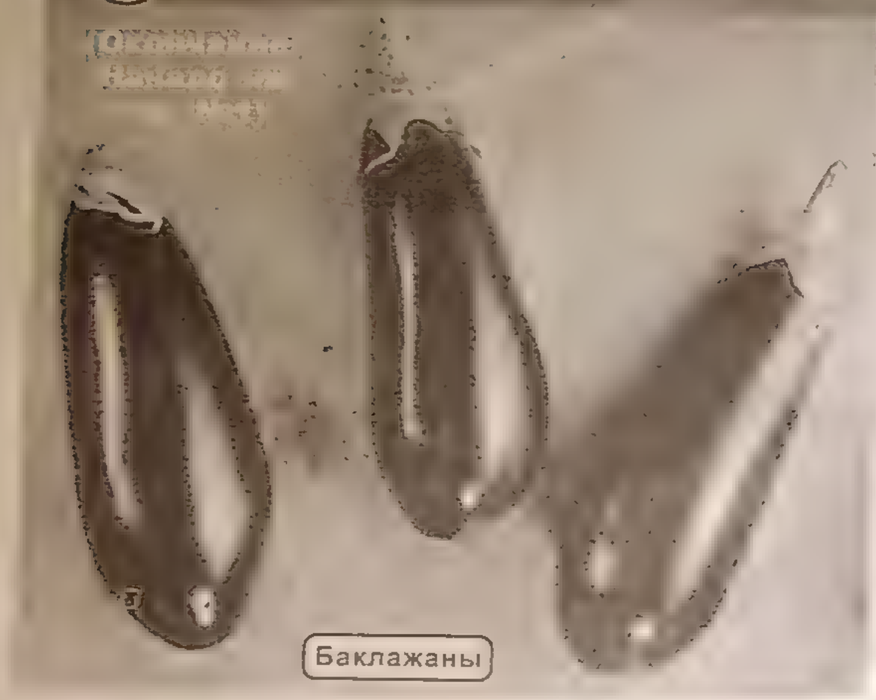
Восточно-азиатский подвид - низкорослые (до 50 см.), с раскидистым кустом растения, имеющие фиолетовую окраску подсемядольного колена, жилок листа и концов молодых веток. Листья мелкие или средние, цельнокроенные или со слаборассечёнными краями. Цветки сравнительно мелкие, тёмно-фиолетовые. Плоды тёмно-фиолетовые, почти чёрные, мелкие, различной формы, с матовой поверхностью. Мякоть плотная, белая, без горечи.

Сорта этого подвида сравнительно холодостойкие и в основном скороспелые.



Паприка, или овощной перец

Продолжение на странице №2.


Баклажаны

Западно-азиатский подвид - высокорослые (до 1,2 м.) растения зелёной окраски (лишь на верхушке веток имеется слабофиолетовый оттенок). Куст слабоветвящийся, сомкнутый. Листья среднего размера, цельнокрайние, центральные жилки слабофиолетовые. Цветки крупные, светлофиолетовые.

Сорта этого подвида имеют длинный вегетационный период, слабо устойчивы к засухе.

У сортов восточного подвида шипов меньше, чем у западного, с переходом от нижнего яруса плодоношения к верхнему опушение и число шипов увеличиваются. У сортов западного подвида ветвление начинается позднее, чем у сортов восточного, и побеги отходят под более острым углом. Понижение температуры задерживает развитие главного стебля, усиливает ветвление.

По биологическим особенностям баклажаны близки к перцу.

Наиболее быстро развиваются растения при 10-12-часовом дне.

Бутоны на растениях обозначаются через 62-65 дней после всходов, а цветение начинается через 90-100 дней после всходов. До биологической зрелости плодов проходит 130-175 дней. Техническая спелость плодов наступает через 35-40 дней после опыления, период созревания длится 25-50 дней.

Первые 10 дней после опыления плоды растут медленно, следующие 20 дней - наиболее энергично, затем рост практически приостанавливается. Степень окраски плодов резко усиливается в первые 6-12 дней, сохраняется до 18 дней, а затем начинает падать. Ход этого процесса в значительной степени зависит от сорта. Например, у сорта Универсал 6 окраска более устойчива, отход при переработке. От всходов до начала технической спелости этого сорта проходит 109-149 дней.

Донецкий урожайный - раннеспелый сорт: от всходов до технической спелости проходит 110-115 дней. На растении формируется до 15 плодов массой по 140-160 г. Окраска плодов в технической спелости тёмно-фиолетовая.

Карликовый ранний 921 - очень скороспелый сорт: продолжительность периода от всходов до технической спелости 90-100 дней. Масса округлых тёмно-фиолетовых плодов - 100-200 г

Днестровец - среднеспелый сорт с периодом от появления всходов до технической спелости 110-170 дней (в зависимости от погодных условий). На одном растении формируется 4-7 плодов средней массой 160-250 г.

Для приусадебного хозяйства пригодны также среднеспелый, с дружным формированием плодов **Универсал 6,** меньше других поражающийся паутинным клещом и колорадским жуком, **Адонис, Симферопольский 105.**

АГРОТЕХНИКА ПЕРЦА И БАКЛАЖАНА

Выращивание рассады. Перец и баклажан выращивают, как правило, в закрытом грунте рассадным методом. Качество рассады во многом определяет успех дела. Рассада должна быть здоровой, закалённой, ко-

Чтобы растения лучше прижились, в солнечную погоду их нужно притенить в течение 2-3 дней.

Уход состоит из регулярных поливов, рыхления, подкормок. Поливают перец и баклажан один-два раза в неделю, под корень, расходуя 1-2 л. воды на каждое растение. После полива почву в междурядьях рыхлят, не допуская образования на ней корки.

Каждые две-три недели растения подкармливают раствором минеральных или органических удобрений (на 2-3 м² берут 10 л. воды, 30-40 г. суперфосфата и 10-20 г. хлористого калия). После подкормки растения поливают чистой водой, чтобы не было ожога листьев.

И перец, и баклажан не нуждаются в формировании куста. У них удаляют только мелкие неплодоносящие стебли внутри растения.

При повышении температуры воздуха в период цветения выше 35°С ухудшается завязывание плодов и могут опадать завязи.

Особенно важно, чтобы чрезмерной влажности не было в период цветения, иначе пыльники будут плохо растрескиваться, ухудшится опыление цветков. В условиях повышенной влажности резко возрастает риск поражения растений грибковыми болезнями.

Уборка урожая перца и баклажанов многоразовая. Плоды убирают в технической спелости, когда они полностью сформированы, с типичной для каждого сорта окраской. В зависимости от сорта и погодных условий техническая спелость наступает через 30-45 дней после образования завязей.

Если на кустах перца к наступлению заморозков остаются сформировавшиеся завязи, растения можно выкопать с корнем и посадить в большой горшок, где рост плодов продолжится.

ВРЕДИТЕЛИ И БОЛЕЗНИ ПЕРЦА И БАКЛАЖАНА

Вершинная гниль, особенно на первых плодах, встречается при нарушении режима питания. Наиболее страдают сорта с кубастой формой плода. При поражении растений на вершине плода появляются тёмно-коричневые, быстро высыхающие пятна неправильной формы. Меры борьбы - опрыскивание известковым молоком и регулярный полив.

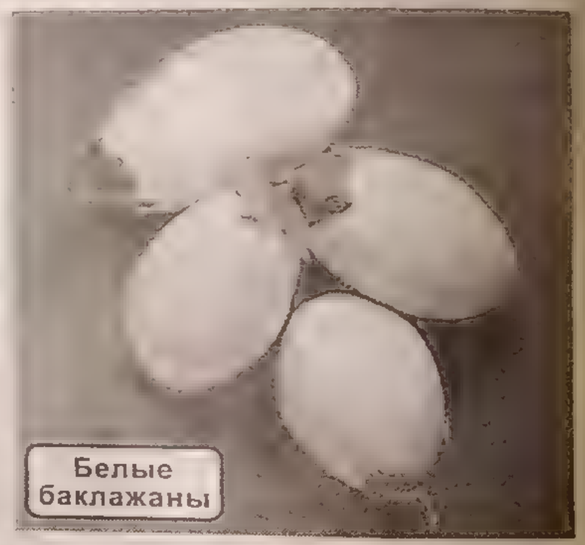
Вирусные болезни. Перец подвержен вирусу табачной мозаики (ВТМ), Y-вирусу бронзовости томатов, огуречному вирусу. На баклажане вирусные болезни мозаичного типа встречаются значительно реже, чем на перце.

Признаки вирусной инфекции: мозаичность листьев, их скручивание и израстание.

Заболевшие растения лучше сразу удалить, не дав распространиться инфекции.

Нижняя часть пластинки листа гофрирована. Позже листья на всех ярусах желтеют, а междоузлия, особенно в верхней части стебля, укорачиваются. Столбурное увядание снижает не только урожай, но и качество плодов перца - на больных растениях они становятся деревянистыми, мелкими, с мозаичным рисунком, приобретают нехарактерную для сорта окраску. В плодах резко снижается содержание сахаров и сухих веществ. Сильно поражённые растения увядают, их корни приобретают тёмно-коричневую или бурую окраску, боковые корешки разрушаются.

На баклажанах поражение столбуром менее заметно. Листья заостряются, края или даже вся пластинка приобретают фиолетовый оттенок. При раннем поражении вырастают карликовые растения. Заболевание


Белые баклажаны

столбуром вызывает отмирание корней, растение увядает, листья опадают, стебли оголяются.

Устойчивых к столбуру сортов пока нет.

В значительной мере поражаемость растений грибами и столбуром снижается при соблюдении агротехники. Из всех овощных культур перец и баклажан наиболее сильно реагируют на монокультуру. Ни в коем случае нельзя высаживать их друг за другом или за томатами. Очень вредно и соседство с огурцом - носителем вируса, поражающего перец и баклажан. Поможет избежать заболевания своевременная высадка здоровой рассады. Лучше размещать на 1 м² 5-6 растений баклажанов или 8-10 перцев. Такая загущенная посадка позволит снизить температуру почвы, что воспрепятствует массовому развитию гриба. Регулярные поливы и рыхление почвы, внесение минеральных удобрений помогут вам избежать заражения.

При соблюдении требований агротехники растения перца и баклажана обычно не болеют.

Основные вредители перца и баклажана - тля и паутинный клещ. Они наносят

Бутоны на растениях обозначаются через 62-65 дней после всходов, а цветение начинается через 90-100 дней после всходов. До биологической зрелости плодов проходит 130-175 дней. Техническая спелость плодов наступает через 35-40 дней после опыления, период созревания длится 25-50 дней.

Первые 10 дней после опыления плоды растут медленно, следующие 20 дней - наиболее энергично, затем рост практически приостанавливается. Степень окраски плодов резко усиливается в первые 6-12 дней, сохраняется до 18 дней, а затем начинает падать. Ход этого процесса в значительной степени зависит от сорта. Например, у сорта Универсал 6 окраска более устойчива, чем у сорта Донской 14.

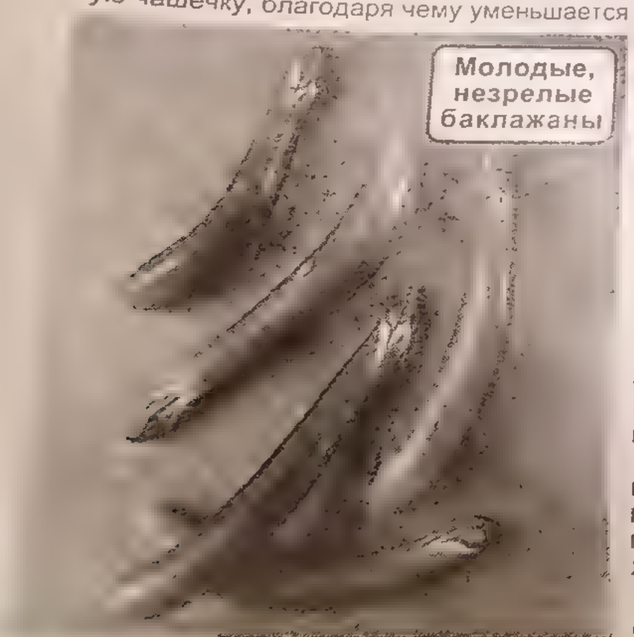
Баклажан более теплолюбив, чем перец. Оптимальная температура для прорастания семян - 22-26°С. При температуре 10°С и ниже семена этой культуры не прорастают. Особенно чувствительны растения к понижению температуры в период образования бутонов и цветков. Однако и продолжительная высокая температура (выше 28°С) ведёт к массовому опадению завязей.

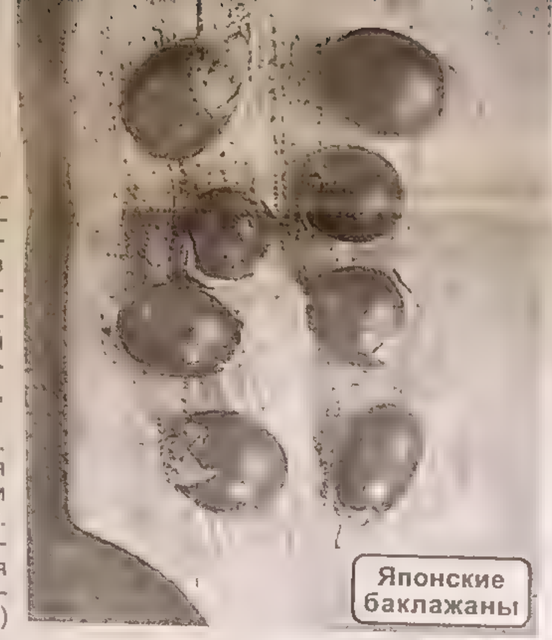
Баклажан очень требователен к влажности почвы. Как кратковременная её сухость в период плодоношения, так и избыток влаги в холодную и пасмурную погоду ведут к опадению завязей и бутонов, замедляют рост растений. При избытке влаги в почве баклажаны сильнее поражаются грибковыми заболеваниями. Баклажаны больше, чем перец, нуждаются в азоте. Завязывание плодов усиливается при внесении фосфора. Калий активизирует передвижение питательных веществ по растению.

СОРТА

Донской 14 - наиболее распространённый сорт баклажанов. От его всходов до технической спелости проходит 140 дней. Средняя масса плода - 180 г., окраска фиолетовая.

Алмаз - среднеспелый сорт с очень дружно завязывающимися плодами. На отдельных растениях одновременно развивается до 10-12 крупных плодов, имеющих маленькую чашечку, благодаря чему уменьшается


Молодые, незрелые баклажаны


Японские баклажаны

ренастой (не выше 20-25 см.), иметь 8-9 и более настоящих листьев и сформировавшиеся бутоны.

Восстановительная способность корневой системы у перца и баклажана слабая, поэтому растение лучше не пикировать, а сразу сеять в горшочки размером 8х8 см или 6х6 см.

Пикировка задерживает развитие растения на 8-10 дней. Однако для выращивания рассады без пикировки требуются большие площади, и поэтому большинство любителей выращивают её с пикировкой.

Перец пикируют в фазе 1-2 настоящих листьев, баклажан - в возрасте семядольных листьев

Высадка. В грунт рассаду высаживают в возрасте не менее 60 дней, иначе могут опасть первые, наиболее ценные бутоны и цветки. Почва должна при этом прогреться до 15°С.

Перец и баклажан лучше выращивать на грядах и гребнях: на гряде растения высаживают в 2-3 ряда, с междурядьями 30-40 см., на гребни - в один ряд. Расстояние между гребнями 50-60 см. Между растениями в ряду оставляют по 15-30 см. (в зависимости от сорта). На 1 м² размещают обычно 6-7 растений, у раннеспелых низкорослых сортов (типа Винни-Пух) - до 20 растений.

После разметки рядов готовят лунки глубиной 10-12 см. и поливают из расчёта 1-2 л. на лунку. Горшочек с предварительно политой рассадой осторожно переворачивают на ладонь, зажав стебель между пальцами, вынимают растение с комом земли, стараясь не тронуть корневую систему, и высаживают в лунку так, чтобы верхняя часть кубика была на 1-2 см. ниже поверхности почвы. После посадки поверхность вокруг растений мульчируют торфом или плёнкой.

Перец и баклажан хорошо реагируют на внесение минеральных удобрений, поэтому перед посадкой желательно внести в почву по 60 г. суперфосфата, 30 г. хлористого калия и 40 г. аммиачной селитры на 1 м².

Посадка завершается рыхлением междурядий.

ний на вершине плода появляются тёмно-коричневые, быстро высыхающие пятна неправильной формы. Меры борьбы - опрыскивание известковым молоком и регулярный полив

Вирусные болезни. Перец подвержен вирусу табачной мозаики (ВТМ), Y-вирусу бронзовости томатов, огуречному вирусу. На баклажане вирусные болезни мозаичного типа встречаются значительно реже, чем на перце.

Признаки вирусной инфекции: мозаичность листьев, их скручивание и израстание

Заболевшие растения лучше сразу удалить, не дав распространиться инфекции.

Увядание, вызываемое в основном грибами вертициллиум и фузариум, - наиболее вредоносные болезни перца и баклажана, распространённые повсеместно. Внешне вертициллезное и фузариозное поражения имеют одни и те же признаки. Возбудитель (почвенные грибы) проникают через повреждённую корневую систему в сосуды растения, закупоривая их. Именно это, а также токсические вещества, выделяемые грибом, вызывают увядание. Первый признак болезни - пожелтение нижних листьев, иногда на одном побеге. Затем увядание распространяется вверх по стеблю. Листья постепенно отмирают, осыпаются, стебель древеснеет, становится хрупким. На поперечном изломе или срезе сосудистое кольцо имеет коричневую окраску Особенно страдают от поражения молодые растения - они бывают заметно угнетены, задерживаются в росте.

Вызывающий заболевание гриб активно развивается при температуре 28°С и выше. Развитию болезни способствует также пониженная влажность почвы

Наиболее устойчивы к увяданию сорта перца Подарок Молдовы Колобок, Виктория и баклажана Днестровец

Столбур - микоплазменное заболевание перца и баклажана, проявляется на верхушках растений в виде хлороза листьев, края которых заворачиваются кверху. Внутрен-

с огурцом - носителем вируса, поражающего перец и баклажан. Поможет избежать заболевания своевременная высадка здоровой рассады. Лучше размещать на 1 м² 5-6 растений баклажанов или 8-10 перцев. Такая загущенная посадка позволит снизить температуру почвы, что воспрепятствует массовому развитию гриба. Регулярные поливы и рыхление почвы, внесение минеральных удобрений помогут вам избежать заражения.

При соблюдении требований агротехники растения перца и баклажана обычно не болеют.

Основные вредители перца и баклажана - тля и паутинный клещ. Они наносят существенный вред и рассаде, и взрослым растениям. Тля заселяет побеги, листья, цветки, высасывает соки из растений, вызывая скручивание листьев, усыхание цветков, недоразвитие и уродливость плодов.

При сильном поражении растений можно применять 10-процентный карбофос (60-70 г. на 10 л. воды), но обработки надо прекратить за 30 дней до начала уборки.

Более безобидные средства борьбы с тлёй - настои и отвары полыни, тысячелистника, пижмы, табачной пыли.

Полынь горькую и пижму заготавливают в период цветения. Растения кипятят 10-15 минут в небольшом количестве воды, полученный отвар охлаждают, процеживают и разбавляют водой с таким расчётом, чтобы из 1 кг. соцветий получилось 10 л. раствора. Перед опрыскиванием к раствору добавляют 30-40 г. хозяйственного мыла.

Тысячелистник собирают в начале цветения, используя всю надземную часть растения. Для приготовления раствора берут 800 г. высушенных растений, измельчают, ошпаривают кипятком и доводят количество жидкости до 10 л. Настаивают раствор двое суток.

Можно также обработать растения зелёным мылом, настоем томатной ботвы, чесночной вытяжкой.

В. А. Лудилов.


Полосатые баклажаны

ИНСЕКТИЦИДЫ РАСТУТ НЕПОДАЛЁКУ

Одна из задач "органической" защиты растений от вредителей и болезней состоит в том, чтобы избежать применения пестицидов.

Как только вы заметили, что листья и плоды на растениях повреждены вредителями или начали загнивать от болезней, знайте, что вам помогут настои и отвары, которые можно приготовить из других растений, многие из которых произрастают тут же, неподалёку.

Сосущие насекомые - личинки тлей, медяницы, клещи и другие - в середине лета чаще всего собираются на молодом приросте. Если вы внимательно осмотрите свой сад, то обязательно увидите этих насекомых на яблоне, сливе, вишне. Заметив красные вздутые пузыри-галлы на листьях смородины, не пугайтесь - это тоже личинки тли, только уже красногалловой. Для снижения ущерба от перечисленных вредителей можно использовать настои и травы табака и махорки, ромашки аптечной и тысячелистника, а также перца стручкового.

Живокость (Дельфиниум)

Внешний вид растений в значительной мере раскрывает картину их внутреннего здоровья. Симптомы болезней и поражённость вредителями, как правило, проявляются на листьях, плодах, коре в виде различных, не характерных для данного растения признаков. Изменение окраски или формы плодов вызывают такие вредители, как восточная плодожорка (Grapholita malesta), которая поражает не только молодые побеги, но и плоды абрикоса, яблони, айвы, персика; грушевая плодожорка (Laspeyresia pyrivora), крыжовниковая огнёвка (Zophodia convolutella), повреждающая крыжовник и смородину - из-за неё ягоды задолго до созревания краснеют и засыхают. Присутствие на растениях черносмородинного ягодного пилильщика (Pachynematus pumilio) проявляется в том, что ягоды во второй половине июня сильно разрастаются, приобретая ребристую форму, и преждевременно окрашиваются, будто созревая.

В борьбе с упомянутыми вредителями можно использовать настои и отвары дикорастущих инсектицидных растений, таких как полынь, перец стручковый, горчица (порошок), тысячелистник обыкновенный.

Вовсе обойтись без промышленных пестицидов в саду, где нужно получить хороший и здоровый урожай, не удаётся. Покупные пестициды необходимы в тех случаях, когда сад сильно загущён, или расположен в той местности, где складываются благоприятные погодные условия для массового развития какого-нибудь вредителя. Прежде чем применять пестицид, изучите инструкцию по его применению и обратите внимание на изготовителя, маркировку и отметку ГОСТ или ТУ. В розничной торговле часто встречается товар под широко известными названиями, такими как децис или карбофос, на поверку оказывающимися недоброкачественной подделкой.

Помните, что все плоды вашего сада попадут на стол к вам и к вашим близким. Они должны быть безопасными и вкусными.

Используя в своём саду указанные в таблице отвары и настои, строго соблюдайте все пропорции и рекомендации, и вы получите экологически чистый урожай

Нинель Коновалова.

Полынь

Борьба с вредителями семечковых культур при помощи растений с инсектицидными свойствами

Фаза развития	Наименование вредителя	Наименование растения с инсектицидными свойствами	Приготовление рабочего раствора
До распускания почек	Зимующие фазы кольчатого шелкопряда, боярышницы, яблонной тли, яблонной медяницы, красного яблонного клеща	Перец стручковый	Горький сорт перца: 1 кг. свежего (0,5 кг. сухого) перца кипятят 1 час в 10 л. воды в закрытой эмалированной посуде. Настаивают 2 суток. Перед употреблением 0,5 л. концентрированного раствора разбавляют 10 л. воды, добавляя 40 г. мыла.
Начало распускания почек, фаза зелёного конуса	Клещ, медяница, тля	Табак настоящий и махорка	Для отвара 400 г. сушёного сырья настаивают в воде 1 сутки и кипятят 2 часа. перед опрыскиванием в отцеженный отвар добавляют воды (1:1) и 40 г. мыла
		Тысячелистник обыкновенный	Сухую траву, заготовленную во время цветения, запаривают кипятком 30-40 мин., затем доливают водой до 10 л. и настаивают 36-48 часов, перед опрыскиванием добавляют 20 г. мыла
		Перец стручковый	Приготовление настоя см. выше
Обнажение-выдвижение соцветий	Комплекс сосущих вредителей и гусеницы первых возрастов	Ромашка аптечная	1 кг. сухого сырья, собранного во время цветения, настаивают в 10 л воды 12 часов. Перед опрыскиванием доливают тройным количеством воды и добавляют 40 г. мыла
		Табак настоящий и махорка	См. выше
		Тысячелистник	См. выше

поражает не только молодые побеги, но и плоды абрикоса, яблони, айвы, персика; грушевая плодожорка (Laspeyresia pyrivora), крыжовниковая огнёвка (Zophodia convolutella), повреждающая крыжовник и смородину - из-за неё ягоды задолго до созревания краснеют и засыхают. Присутствие на растениях черносмородинного ягодного пилильщика (Pachynematus pumilio) проявляется в том, что ягоды во второй половине июня сильно разрастаются, приобретая ребристую форму, и преждевременно окрашиваются, будто созревая.

В борьбе с упомянутыми вредителями можно использовать настои и отвары дикорастущих инсектицидных растений, таких как полынь, перец стручковый, горчица (порошок), тысячелистник обыкновенный.

В таблице указано, в какие периоды развития растений необходимо проводить опрыскивания инсектицидными настоями для поддержания высокого фитосанитарного уровня в саду. Такие обработки помогают регулировать численность вредных насекомых. Важную роль играют ваши собственные наблюдения. Состояние растений в саду укажет вам, когда пришла пора начинать "лечение". А после обработок вы, наблюдая за растениями, сможете сказать, насколько полезным оказалось для них опрыскивание.

Одуванчик

Применяя растительные инсектицидные настои и отвары, нельзя забывать о мерах безопасности при работе с ними. Это ЯД, хотя и растительный. При работе нужно надевать спецодежду: халат, резиновый фартук, резиновые сапоги, респираторы, очки, головной убор. Использовать нужно обязательно ручной опрыскиватель (любой марки), а во время работы нельзя есть, пить и курить. Сами отвары и настои ни в коем случае нельзя употреблять как напитки.

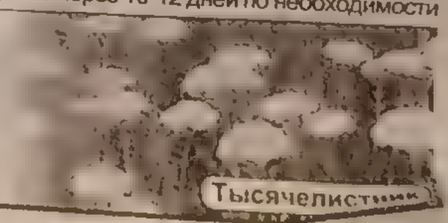
Ромашка аптечная

Начало распускания почек, фаза зелёного конуса	Клещ, медяница, тля	Табак настоящий и махорка	Для отвара 400 г. сушёного сырья настаивают в воде 1 сутки и кипятят 2 часа. перед опрыскиванием в отцеженный отвар добавляют воды (1:1) и 40 г. мыла
		Тысячелистник обыкновенный	Сухую траву, заготовленную во время цветения, запаривают кипятком 30-40 мин., затем доливают водой до 10 л. и настаивают 36-48 часов; перед опрыскиванием добавляют 20 г. мыла
		Перец стручковый	Приготовление настоя см. выше
Обнажение-выдвижение соцветий	Комплекс сосущих вредителей и гусеницы первых возрастов	Ромашка аптечная	1 кг. сухого сырья, собранного во время цветения, настаивают в 10 л. воды 12 часов. Перед опрыскиванием доливают тройным количеством воды и добавляют 40 г. мыла
		Табак настоящий и махорка	См. выше
		Тысячелистник обыкновенный	См. выше
		Живокость высокая	1 кг. сухой травы, собранной в начале цветения, настаивают в течение двух суток в 10 л. воды
		Горчица (порошок)	Размешать 20 г. порошка в 10 л. воды. Настаивать 1-2 суток
Обособление-разрыхление бутонов	Комплекс сосущих вредителей и листогрызущие первого-второго возраста	Томат	2 кг. сухой ботвы измельчить, залить 10 л. воды, настаивать 30 мин. Кипятить 30 мин на небольшом огне. Охладить перед использованием и разбавить двойной дозой воды, добавив 50 г. мыла
		Перец стручковый	См. выше
		Ромашка аптечная	См. выше
		Тысячелистник обыкновенный	См выше
		Одуванчик лекарственный	200-300 г. измельчённых корней или 400 г. свежих листьев заливают 10 л. тёплой воды (до 40°С), затем настаивают 1-2 часа
		Полынь	1 кг. подвяленной зелени кипятить 10-15 минут в небольшом количестве воды, охладить отвар и долить водой до 10 л.
Перед началом цветения	Листогрызущие минирующие моли	Перец стручковый	См. выше
		Табак или махорка	См. выше
		Тысячелистник обыкновенный	См. выше
		Полынь	См. выше
		Горчица (порошок)	См. выше
Опадение лепестков	Листогрызущие минирующие моли, клещи плодовые, плодожорки	Перец стручковый	См. выше
		Табак или махорка	См. выше
		Полынь	См. выше
		Горчица (порошок)	См. выше
После цветения поздних сортов (Антоновки)	Листогрызущие минирующие моли, плодожорки	Так же, как в фазе опадения лепестков	Так же, как в фазе опадения лепестков
Плод величиной с грецкий орех	Листогрызущие минирующие моли, плодожорки	Так же, как в фазе опадения лепестков.	Так же, как в фазе опадения лепестков Далее через 10-12 дней по необходимости

ЗА 20 ДНЕЙ ДО СБОРА УРОЖАЯ ВСЕ ОБРАБОТКИ СЛЕДУЕТ ПРЕКРАТИТЬ.

Норма расхода рабочей жидкости при опрыскивании:

Молодое дерево (до 6 лет) - 2 л.
Плодоносящее дерево - 10 л.
Куст смородины - 1,5 л.
Куст крыжовника -1 л.
Куст малины - 2 л.

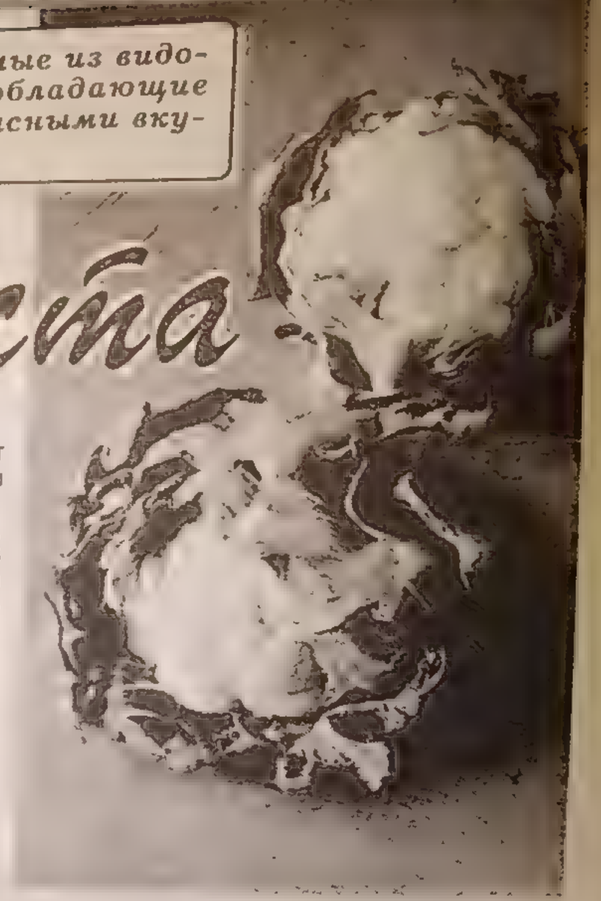


Тысячелистник

Цветная капуста и брокколи входят в группу цветковых и побеговых овощных культур. Оба растения относятся к семейству крестоцветных, имеют много общего в биологических свойствах и агротехнике.

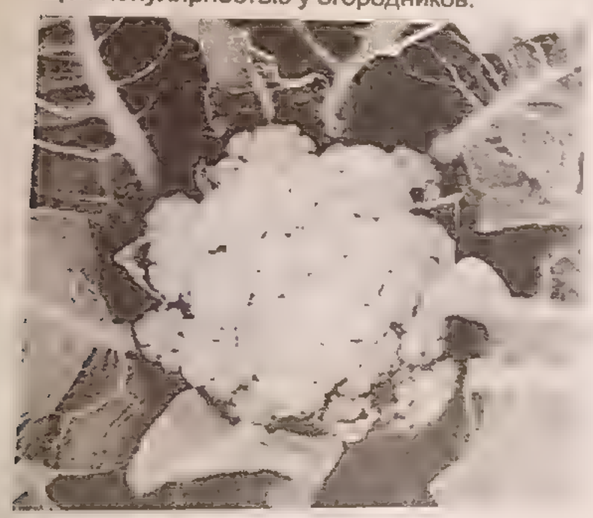
В пищу используются головки, образуемые из видоизменённых генеративных органов и обладающие очень высокой питательностью и прекрасными вкусовыми качествами.

Эта прекрасная капуста



ЦВЕТНАЯ КАПУСТА

Цветная капуста была завезена в Россию во времена царствования Екатерины II и долгое время представляла собой экзотический продукт. В настоящее время эта овощная культура, обладающая прекрасными вкусовыми и питательными свойствами, пользуется большой, постоянно возрастающей популярностью у огородников.



В пищу идёт нераспустившееся соцветие, называемое головкой. Цветная капуста содержит много аскорбиновой кислоты, ценные витамины (B_1, B_2, B_3, B_6, PP), микроэлементы (йод, кобальт, магний), белки, углеводы, соли фосфора, магния, кальция, причём некоторые из них - в легкоусвояемой форме. В головках цветной капусты обнаружена тортроновая кислота, предупреждающая ожирение. Всё это делает цветную капусту ценным диетическим продуктом.

Цветная капуста - скороспелое растение, очень требовательное к плодородию и влажности почвы. Она, как и другие виды капусты, влаголюбива и требует в течение вегетации регулярных поливов, особенно в начале формирования головок. Лучшая почва для неё - высокоокультуренная, среднесуглинистая и торфяная с нейтральной реакцией. Оптимальная температура прорастания семян, а также роста и развития растения - 18-20°С. При более высокой температуре, недо-

Отечественная. Среднеспелый сорт. Диаметр розетки 50-96 см. Головки округло-плоские, средние и крупные (13-19 см.), масса 730-960 г., плотность высокая. Поверхность головки округло-бугристая, мелкозернистая, белая. Урожайность до 3 кг/м². Сорт хорош для юга России.

Московская консервная. Среднеранний, урожайный сорт. Предназначен для выращивания в открытом и закрытом грунте. Головки крупные, белые, округло-плоские, крупнозернистые, средней плотности, полузакрыты листьями.

Рекомендован для большинства областей европейской части России и Сибири.

АГРОТЕХНИКА

Чтобы получать продукцию в течение всего лета, цветную капусту (рассаду) высаживают в открытый грунт в несколько сроков: 45-50-дневную рассаду - ранней весной (конец апреля - начало мая); 35-40-дневную - в первой половине июня и 30-35-дневную - в первой половине июля.

Для летней и осенне-летней культуры рассаду можно выращивать в открытом грунте, высевая семена 1-10 мая и 10-15 июня соответственно. Летние дни длиннее весенних, поэтому рассада поспевает за 30-35 дней. Готовая к высадке на гряды рассада должна иметь четыре-пять настоящих листьев. При выборке рассады её внимательно осматривают, удаляют больные (с наростами на корнях, с утончённым почерневшим стеблем) и недоразвитые растения. Отобранную рассаду обрабатывают табачной или махорочной пылью, отпугивающий капустную муху, и высаживают на гряды.

ВЫРАЩИВАНИЕ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ В ОТКРЫТОМ ГРУНТЕ

Выбирая место для цветной капусты, нужно учитывать высокую требовательность этой культуры к питанию, свету и влаге. Высокие урожаи цветная капуста даёт на хорошо заправленных торфоминеральными компостами супесчаных или легкосуглинистых почвах, на хорошо прогреваемых, защищённых от холодного ветра участках.

Первую высадку горшочной рассады в открытый грунт производят в конце апреля -

раствор аммиачной селитры и опрыскивают им растения 3-4 раза за сезон с интервалом две недели. Расход раствора 0,5 л. на 10 м².

Цветная капуста требует много влаги, особенно во время образования головок. В жаркую погоду (25°С) фотосинтетическая деятельность растений ослаблена, вода используется большей частью не на образование головки, а на поддержание тургора листьев, поэтому очень эффектны освежающие поливы мелким дождеванием. Норма расхода воды - 10 л. на 1 м². Освежающие поливы в начале формирования головок ускоряют их рост.

Для повышения качества головок и сохранения их свежести и товарного вида проводят притенение. Для этого у растения надламывают два-три крупных наружных листа и ими прикрывают головку.

Цветную капусту можно высевать непосредственно в грунт. Этот метод применяют на чистых от сорняков и тщательно обработанных участках. Семена высевают рядками с междурядьями 60-70 см. Как только у растений появится второй настоящий лист, всходы прореживают, оставляя между ними расстояние 10-15 см. Если почва не очень плодородная, при втором прореживании между растениями оставляют по 18-22 см. Выбранную при прореживании рассаду в фазе 2-3 настоящих листьев можно высадить на других участках. Затраты труда при таком способе снижаются в 2-3 раза по сравнению с рассадным. Однако агротехника в этом случае должна быть очень высокой.

Урожай цветной капусты, выращенной безрассадным способом, обычно созревает на 10-15 дней позже.

Цветная капуста созревает неравномерно, поэтому убирают её выборочно. Неубранные вовремя головки очень быстро, особенно в жаркие дни, израстают и рассыпаются.

По сравнению с белокочанной цветная капуста менее морозостойкая, и если последние сборы совпадают с наступлением первых заморозков, головки следует закрыть листьями: в этом случае растения смогут перенести заморозки до -2-4°С.

Растения, не успевшие сформировать товарные головки, но имеющие хорошо развитые листья, можно выкопать с комом зем-

ше витамина С. Брокколи почти в 50 раз богаче каротином. Наряду с этим в ней содержатся витамины B_1, B_2, P, E.

Брокколи не только очень богата ценными питательными веществами, но и содержит их в благоприятной, легкоусвояемой для организма человека форме, что определяет её высокие диетические свойства.

В состав белка брокколи входят холин и аминокислота метионин, препятствующие накоплению в организме холестерина. Систематическое употребление брокколи в пищу предупреждает развитие атеросклероза и наступление преждевременной старости.

Растение это, как и цветная капуста, однолетнее. Листья крупные, черешковые, цельнокрайние, по краям волнообразно загнутые. Пластинка листа лировидная, с восковым налётом. Растение достигает высоты 70-100 см.

Головка брокколи представляет собой соцветие плотно сидящих, недоразвитых, сильно скрученных бутонов зелёного, синеватого или фиолетового цвета, закрытых зелёными чашелистиками. В отличие от цветной капусты брокколи после удаления верхушечной головки способна давать в пазухах листа отпрысковые головки, что увеличивает продуктивность растений.

Оптимальная температура для роста и развития брокколи - 16-25°С. Она устойчивей цветной капусты к низким температурам и выдерживает заморозки до -7°С. Чувствительна к повышенной температуре.

[illegible] капустой - в переваренном виде. В [illegible] цветной капусте обнаружена аскорбиновая кислота, предупреждающая окисления. Всё это делает цветную капусту ценным диетическим продуктом.

Цветная капуста - скороспелое растение, очень требовательное к плодородию и влажности почвы. Она, как и другие виды капусты, влаголюбива и требует в течение вегетации регулярных поливов, особенно в начале формирования головок. Лучшая почва для неё - высокоокультуренная, среднесуглинистая и торфяная с нейтральной реакцией. Оптимальная температура прорастания семян, а также роста и развития растения - 18-20°С. При более высокой температуре недостаток влаги в почве и низкой влажности воздуха прекращается наращивание листьев, в результате чего образуются мелкие, легко рассыпающиеся головки.

Цветную капусту следует высаживать на хорошо освещённых участках. Это растение длинного дня. Если при выращивании рассады световые дни были сокращены, период вегетации растений удлиняется, а урожайность уменьшается.

В условиях нечерноземной зоны цветная капуста в зависимости от сорта поспевает через 90-130 дней после появления всходов.

СОРТА

Сорта цветной капусты делятся на раннеспелые (95-110 дней от появления всходов до формирования товарной головки), среднеспелые, среднераннеспелые (110-130 дней) и поздние (более 130 дней).

Ранняя Грибовская 1355. Раннеспелый сорт. Диаметр розетки 51-100 см, головки округло-плоские, среднекрупные и крупные (12-21 см.), масса 168-910 г. Поверхность головки округло-бугристая, мелкозернистая, белая или бело-жёлтая. Урожайность до 3 кг/м². Созревание головок недружное. Сорт среднеустойчив к высоким температурам.

Рекомендуется для выращивания в открытом грунте в весенне-летний период во всех регионах России.

Снежинка. Сорт скороспелый, созревание дружное. Головки плоско-округлые, белые, плотные или среднеплотные, мелкозернистые. Сорт предназначен для получения ранней продукции в парниках и в открытом грунте.

Мовир-74. Раннеспелый сорт. Диаметр розетки 46-95 см. Головки округло-плоские и круглые, средние и крупные (12-23 см.), средняя масса 390-1380 г. Плотность высокая. Поверхность головки округло-бугристая, мелкозернистая, белая, реже бело-жёлтая. Урожайность до 4 кг/м². Созревание дружное. сорт холодостоек и жаровыносив.

Гарантия. Раннеспелый сорт. Диаметр розетки 7-110 см. Головки округло-плоские, средней величины или крупные (15-26 см.), масса головки 400-1270 г. Плотность хорошая и средняя. Поверхность мелкозернистая, бело-желтоватая или белая с кремовым оттенком. Урожайность до 4 кг/м². Созревание дружное.

Предназначен для выращивания в открытом грунте в весенне-летний период и под пленочными укрытиями. Лучше растёт в условиях нечерноземной зоны и северо-[illegible] России.

стеблем) и недоразвитые листья. Ранние рассаду обрабатывают табачной или махорочной пылью, отпугивающий капустную муху, и высаживают на гряды.

ВЫРАЩИВАНИЕ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ В ОТКРЫТОМ ГРУНТЕ

Выбирая место для цветной капусты, нужно учитывать высокую требовательность этой культуры к питанию, свету и влаге. Высокие урожаи цветная капуста даёт на хорошо заправленных торфоминеральными компостами супесчаных или легкосуглинистых почвах, на хорошо прогреваемых, защищённых от холодного ветра участках.

Первую высадку горшочной рассады в открытый грунт производят в конце апреля - начале мая, размещая растения по схеме 70x25 или 60x25 см.

Во время высадки следят, чтобы растения не подвяли, для чего их обильно поливают. Рассаду углубляют в грунт до первой пары настоящих листьев; в то же время нельзя засыпать землёй верхушечную почку, иначе растение не сформирует головки.

Уход за цветной капустой состоит из периодических поливов, рыхления почвы, окучивания растений, их прополки и подкормки.

Очень хорошие результаты даёт полив, проведённый после рыхления почвы в междурядьях. Вода в этом случае быстро достигает корней. Первое рыхление проводят через 3-5 дней после высадки рассады в грунт. Почву возле растений рыхлят на глубину 5-6 см., а в междурядьях - на 6-8 см. Спустя 12-15 дней, когда сорняки в рядках достигнут высоты 2-3 см., проводят второе рыхление междурядий на глубину не более 10-12 см. и вновь проводят полив с подкормкой. После второго рыхления капусту окучивают. Последующие рыхления почвы в междурядьях с одновременным окучиванием растений выполняют на глубину не более 6-8 см., чтобы не повредить корневую систему. На стеблях, присыпанных влажной землёй, образуются придаточные корни.

Рыхление почвы в междурядьях продолжают до полного смыкания рядков. За сезон на окультуренных, хорошо обеспеченных удобрениями почвах цветную капусту подкармливают один-два раза, на менее окультуренных, недостаточно удобренных - два-три.

Потребность растений в том или ином удобрении определяется визуально, по окраске листьев. Так, например, замедленный рост растений и светлая окраска листьев указывают на недостаток в почве азота. Если же края листьев подсыхают и на них появляются коричневые пятна, - это признак недостатка калия.

В первой половине вегетации цветную капусту рекомендуется подкармливать навозной жижей или куриным помётом, разведя их в воде в соотношении соответственно 1:5-6 и 1:10-15 и добавив 5-8 г. суперфосфата на 10 л. раствора.

Очень полезны, особенно на севере нечерноземья в прохладную погоду, некорневые подкормки цветной капусты азотными удобрениями и микроэлементами (бор и молибден). Для этого готовят 1,5-процентный

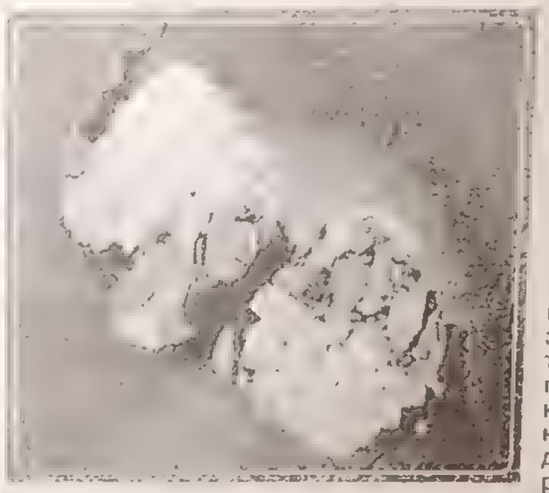
Урожай цветной капусты, выращенной безрассадным способом, обычно созревает на 10-15 дней позже.

Цветная капуста созревает неравномерно, поэтому убирают её выборочно. Неубранные вовремя головки очень быстро, особенно в жаркие дни, израстают и рассыпаются.

По сравнению с белокочанной цветная капуста менее морозостойкая, и если последние сборы совпадают с наступлением первых заморозков, головки следует закрыть листьями: в этом случае растения смогут перенести заморозки до -2-4°С.

Растения, не успевшие сформировать товарные головки, но имеющие хорошо развитые листья, можно выкопать с комом земли, уложить на перекопанное дно парника или установить в подвале. Этот приём называется доращиванием.

Парники утепляют навозом, перегноем, опилками, накрывают деревянными щитами, матами, прекращая доступ света к растениям. Здесь устанавливается температура 1-7°С и относительная влажность воздуха 85-90%.



Лучшее время закладки цветной капусты на доращивание - октябрь, при температуре 8-12°С. Длительность доращивания зависит от условий хранения - температуры и вентиляции, поскольку эти параметры влияют на сохранность листьев. При хорошей вентиляции и температуре 1-2°С процесс доращивания продолжается до середины февраля. Если в парнике поднять температуру до 7-9°С, процесс можно ускорить. За счёт перетекания пластических веществ из вегетативных органов растения в головку диаметр её увеличивается до 15-16 см., а масса достигает 500 г.

БРОККОЛИ

Брокколи является разновидностью цветной капусты. Родина брокколи - Италия. В XVIII веке эта капуста была завезена в Германию и оттуда в Россию, но до сих пор не получила здесь широкого распространения. Между тем брокколи обладает более ценным химическим составом и по питательности превосходит цветную капусту. В ней в полтора раза больше белков, в два раза больше минеральных солей, почти в два раза больше

ковым налетом. Растение достигает высоты 70-100 см.

Головка брокколи представляет собой соцветие плотно сидящих, недоразвитых, сильно скрученных бутонов зелёного, синеватого или фиолетового цвета, закрытых зелёными чашелистиками. В отличие от цветной капусты брокколи после удаления верхушечной головки способна давать в пазухах листа отпрысковые головки, что увеличивает продуктивность растений.

Оптимальная температура для роста и развития брокколи - 16-25°С. Она устойчивей цветной капусты к низким температурам и выдерживает заморозки до -7°С. Чувствительна к повышенной температуре, особенно в период формирования головок. Оптимальная относительная влажность воздуха для растений брокколи - 85%, почвы - 70-80%.

В отличие от цветной капусты брокколи не нуждается в притении головок и менее требовательна к плодородию почвы. Хорошо растёт на увлажнённых среднесуглинистых почвах и в поймах рек. Не выносит кислых почв.

СОРТА

В России районировано два раннеспелых сорта брокколи отечественной селекции: Витаминная и Тонус, а также голландский гибрид Трибут. Спросом у огородников пользуется также американский сорт Грин Спроутинг, голландские гибриды Аурора, Сумосун, Босфор.

Витаминная. Раннеспелый сорт. При посеве семян в феврале формирует головки с начала июня по сентябрь. Розетка полугоризонтальная, диаметр её 40-58 см. Головки тёмно-зелёные, плотные. Через 7-10 дней после их срезки отрастают боковые головки-отпрыски массой 133-354 г. Урожайность до 2,4 кг/м². Уборку следует проводить своевременно, так как головки быстро разрыхляются.

Тонус. Раннеспелый сорт. Розетка полугоризонтальная, диаметром 19-23 см. Головки крупные, плотные, тёмно-зелёные, но в холодную и жаркую погоду окраска может приобрести буровато-коричневый оттенок. Масса центральной головки 162-200 г., после срезки её через 5-8 дней появляются головки второго порядка.

Урожайность до 2 кг/м², при первом сборе получают до 1 кг/м².

Аурора. Среднеранний гибрид, предназначенный для употребления в свежем виде и для переработки. Растения сильные, с плотной головкой, коротким стеблем и вертикальными листьями. Устойчив к фузариозу.

Сумосун. Ранний, достаточно плотный гибрид, поспевающий в начале лета. Головки хорошо сформированы, мелкой структуры, с тонкой кочерыжкой.

Босфор. Очень урожайный сорт, со сроком созревания от среднераннего до среднепозднего. Даёт продукцию отличного качества. Головки округлой формы с тонкой структурой. Покровный лист сине-зелёного цвета. Рекомендуется для выращивания летом и ранней осенью как для употребления в свежем виде, так и для переработки.

АГРОТЕХНИКА

Брокколи выращивают как рассадным способом, так и непосредственным посевом семян в грунт.

Обычно на рассаду семена высевают в три срока: для ранневесенней культуры - 15 марта - 15 апреля, для весенне-летней - 15 апреля - 15 июня, для летне-осенней - 15 июня - 1 июля.

На 1 м² высевают 300-500 семян, заделывая их на глубину 0,5 см. До появления всходов температуру поддерживают на уровне 20-22°С, после появления всходов снижают её до 10-12°С. После пикировки дневную температуру доводят до 20-22°С, ночную снижают до 12°С.

Рассаду в возрасте 35-45 дней высаживают на постоянное место в следующие сроки: для ранневесенней культуры - 1 апреля - 1 мая, весенне-летней - 1 мая - 1 июня, летне-осенней - 1 июля - 1 августа. К моменту высадки в открытый грунт рассада должна иметь 5-6 настоящих листьев. Схема посадки - 60х30 см. или 70х20 см.

Брокколи можно выращивать, высевая калиброванные семена непосредственно в грунт (8-10 семян на 1 м²). На 1 м² должны расположиться 3-4 растения.

Уход за рассадой и посадками такой же, как и у цветной капусты.

БОЛЕЗНИ И ВРЕДИТЕЛИ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ И БРОККОЛИ

Все капустные, в том числе цветная капуста и брокколи, поражаются одними и теми же болезнями и вредителями, и различия наблюдаются лишь в степени поражённости видов.

Кила - основная болезнь капустных. Особенно сильно она поражает растения на тяжёлых глинистых кислых почвах, а также при размещении капусты после капусты или крестоцветных. Возбудитель килы - почвенный гриб, особенно хорошо развивающийся в кислой среде. Распространяется болезнь зооспорами.

Кила поражает корневую систему растений. На корнях образуются наросты разной величины, количество корневых волосков уменьшается. В результате растения не могут поглощать воду и питательные вещества в достаточном количестве, наземная часть их слабо развивается, кочаны не образуются.

Меры борьбы: обеззараживание почвы в теплицах и парниках, известкование почв (300-400 г. извести на 1 м²) и соблюдение правильного севооборота. Капусту, редьку, репу и другие крестоцветные культуры можно возвращать на прежнее место через три-пять лет. Необходимо вовремя уничтожать сорняки, особенно крестоцветные, осенью - растительные остатки и глубоко перекапывать землю.

Если заболевание килой обнаружено во время вегетации капусты, срочно применяют подкормку растений азотными удобрениями. Для этого в 10 л. воды разводят 2 столовые ложки мочевины и 1 л. жидкого коровяка, добавляют к раствору 0,5 чайной ложки молибденокислого аммония. После подкормки капусту окучивают.

Чёрная ножка часто поражает рассаду капусты: стебель утончается, чернеет и загнивает, растение погибает. Заболевание это вызывают несколько видов потогонных грибов. Благоприятные условия для возникновения болезни создаются в кислой, чрезмерно влажной почве, при загущенном посеве. Заражение происходит зооспорами.

Меры борьбы: протравление семян и дезинфекция или смена парниковой почвы. Если семена высевают в ящик, то почву следует полить раствором марганцовокислого калия (1,5 г. на 10 л. воды). Для борьбы с чёрной ножкой важно регулярно проветривать теплицы и умеренно поливать рассаду. При развитии болезни почвы проливают марганцовокислым калием (3-5 г. на 10 л. воды).

Бактериоз (чёрная гниль) цветной капусты вызывают палочковидные бактерии. Характерные признаки этой болезни - множество мелких (диаметром 1-3 мм.) тёмных пятен на листьях и жилках рассады и взрослых растений. Водянистые и округлые поначалу, они становятся коричнево-серыми или бурыми с чёрными краями. На свету вокруг пятен видна прозрачная светло-зелёная кайма. При сильной степени поражения листья желтеют и опадают. На головках цветной капусты появляются буроватые пятна. Во влажную погоду ткань в этих местах загнивает, издаёт неприятный запах. Переносится болезнь крестоцветными блошками

Меры борьбы: глубокая осенняя вспашка, удаление и уничтожение растительных остатков, соблюдение севооборота, термическое и химическое обеззараживание семян Устойчивости растений способствует комплекс агротехнических мероприятий. Рекомендуется также дезинфицировать почву в парниках и теплицах. При первых признаках болезни растения нужно опрыскивать фунгицидами и инсектицидами.

Капуста сильно повреждается такими грибковыми заболеваниями, как **пероноспороз (ложная мучнистая роса), белая гниль, фузариоз.**

Меры борьбы с ними такие же, как с бактериозом.

Мозаика цветной капусты - вирусное заболевание, признаки которого появляются через 4-5 недель после высадки рассады. Сосуды молодых листьев, начиная с основания, светлеют, постепенно становятся желтовато-белыми. Через некоторое время на старых листьях сосуды также постепенно светлеют. Рост жилок приостанавливается, и лист становится морщинистым. Больные растения отстают в росте, листья их деформируются, соцветия не образуются.

Наиболее сильно растения поражаются при температуре от 16 до 18°С.

Переносчиками возбудителя болезней являются тли, иногда ранняя белянка. Природный резерват вируса мозаики - многолетние крестоцветные растения.

Меры борьбы: использование рассады и уничтожение сорняков. Молодые растения необходимо обрабатывать инсектицидами против насекомых-переносчиков (тлей и белянок).

Крестоцветные блошки и тля наносят капусте значительный вред, особенно на севере России.

Блошки начинают повреждать растения в конце апреля - начале мая. Взрослые жуки длиной 2-4 мм., прыгающие, чёрные, с жёлтыми продольными полосами на подкрыльях, реже одноцветные выедают на листьях мелкие дыры. Самки откладывают мелкие желтоватые яйца в почву (исключение представляет светлоногая блошка, откладывающая яйца на листья). Вылупившиеся червеобразные жёлтые с тремя парами грудных ног личинки объедают корни и минируют листья. Тля высасывает сок из растений, в результате листья желтеют, края их закручиваются вниз. Кочаны образуются мелкие и рыхлые.

Ущерб причиняют взрослые тли и их личинки. Оплодотворённые самки откладывают на кочерыге капусты чёрные, блестящие, длиной около 0,5 мм. яйца, которые зимуют на растительных остатках.

Меры борьбы с крестоцветными и тлей включают глубокую осеннюю перекопку земли, удаление растительных остатков, уничтожение сорняков, особенно крестоцветных. Рядом с капустой можно посеять зонтичные растения, на цветках которых питаются энтомофаги (паразиты) тлей.

Хорошие результаты в борьбе с тлёй дают обработки отварами и настоями различных растении.

Отвар горчака: 1 кг. горчака заливают 10 л воды и кипятят 30 минут, затем охлаждают, процеживают, добавляют 30 г. мыла.

Настой картофельной ботвы: 1,2 кг. свежей ботвы измельчают, заливают 10 л. воды, 2-3 часа настаивают, процеживают.

Табачный настой: табак или его отходы заливают водой 1:10 и настаивают сутки, затем разбавляют в 2-3 раза и добавляют на 10 л. 40 г. мыла.

Гусеницы бабочек капустной белянки, капустной моли, капустной совки, репной белянки откладывают яйца на нижнюю сторону листьев. Яйца капустной белянки оранжевые, гусеницы жёлто-зелёные с тёмными пятнами. Они объедают листья, оставляя прожилки. Яйца капустной совки беловатые, гусеницы зелёные. Прогрызая листья, они делают в кочане отверстия, сильно загрязняя его экскрементами. Яйца капустной моли овальные, светло-жёлтого цвета, мелкие, приплюснутые. Гусеницы веретенообразные, покрытые длинными редкими волосками, с восемью парами ног. Молодые гусеницы желтоватые, старые - ярко-зелёные. Самки репной белянки откладывают светло-жёлтые бутылочнообразные яйца с яркими продольными рёбрышками на нижнюю сторону листьев. Гусеницы зеленоватого цвета, покрытые короткими волосками, бархатистые. Вдоль спины проходит жёлтая полоса. Капуста, повреждённая гусеницами этих вредителей, часто не завязывает кочанов.

Меры борьбы. Против гусениц эффективен энтобактерин (60-70 г. на 10 л. воды). Опрыскивание проводят при температуре воздуха не ниже 18°С.

Существует много рецептов настоев или отваров растений, эффективных в борьбе с этими вредителями.

Отвар белены чёрной: 3 кг. свежей белены кипятят 2-3 часа в небольшом количестве воды в эмалированной посуде. Охлаждённый отвар процеживают и доливают водой до 10 л.

Настои из листьев лопуха: ведро на 1/3 заполняют мелкоизмельченными листьями и заливают доверху водой. Через трое суток настои процеживают. Обработки наиболее эффективны в период лета мотыльков. Опрыскивание повторяют 3-4 раза с интервалом 6-8 суток.

Отвар полыни: 1 кг. провяленной полыни кипятят в небольшом количестве воды 10-15 минут, охлаждают, процеживают отвар и доливают его водой до 10 л. Действие отвара усиливается, если в него добавить настой птичьего помёта. Для этого сухой помёт (1 кг.) настаивают в небольшом количестве воды 1-2 суток, процеживают и смешивают с неразбавленным отваром полыни. Затем полученную смесь разбавляют водой до 10 л.

Сухая трава чистотела, растёртая в порошок, применяется для опыления капусты против капустной и репной белянок, крестоцветных блошек и других вредителей. Собирают чистотел на протяжении всего лета и сушат в помещении или под навесом.

Э. Л. Бокышкин.

...никах и парниках, известкование почв (300-400 г. извести на 1 м²) и соблюдение правильного севооборота. Капусту, редьку, репу и другие крестоцветные культуры можно возвращать на прежнее место через три-пять лет. Необходимо вовремя уничтожать сорняки, особенно крестоцветные, осенью - растительные остатки и глубоко перекапывать землю.

Если заболевание килой обнаружено во время вегетации капусты, срочно применяют подкормку растений азотными удобрениями. Для этого в 10 л. воды разводят 2 столовые ложки мочевины и 1 л. жидкого коро-

...Настой картофельной ботвы: 1,2 кг. свежей ботвы измельчают, заливают 10 л. воды, 2-3 часа настаивают, процеживают.

Табачный настой: табак или его отходы заливают водой 1:10 и настаиваю сутки, затем разбавляют в 2-3 раза и добавляют на 10 л. 40 г. мыла.

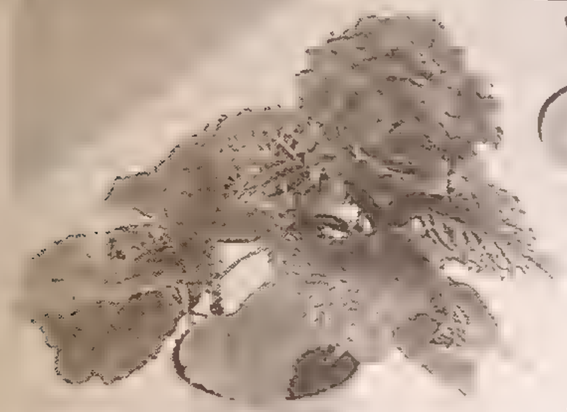
Гусеницы бабочек капустной белянки, капустной моли, капустной совки, репной белянки откладывают яйца на нижнюю сторону листьев. Яйца капустной белянки оранжевые, гусеницы жёлто-зелёные с тёмными пятнами. Они объедают листья, оставляя прожилки. Яйца капустной совки беловатые, гусеницы зелёные. Прогрызая листья, они делают в кочане отверстия, сильно за-

...минут, охлаждают, процеживают. Отваливают его водой до 10 л. Действие отвара усиливается, если в него добавить настой птичьего помёта. Для этого сухой помёт (1 кг.) настаивают в небольшом количестве воды 1-2 суток, процеживают и смешивают с неразбавленным отваром полыни. Затем полученную смесь разбавляют водой до 10 л.

Сухая трава чистотела, растёртая в порошок, применяется для опыления капусты против капустной и репной белянок, крестоцветных блошек и других вредителей. Собирают чистотел на протяжении всего лета и сушат в помещении или под навесом.

Э. Д. Бокышкин.

Гортензия



Грунтовые гортензии прекрасно смотрятся и в одиночных посадках, и в виде групп. Они довольно требовательны к почвам - предпочитают плодородные, рыхлые и хорошо увлажнённые с кислой реакцией. Большинство видов весьма зимостойки не только в средней полосе России, но и на севере.

Посадка гортензий - дело несложное. Яма должна быть достаточно большой, чтобы в неё поместились корневая система и хотя бы ведро питательного компоста. Растение надо обильно полить - гортензия неравнодушна к воде. В дальнейшем потребуются ежевесенняя подкормка минеральными и органическими удобрениями и обрезка кустов поздней осенью или ранней весной. При сильной обрезке остаются участки побегов с 2-3 парами почек, что позволяет растению образовывать более крупные соцветия. При слабой обрезке удаляют верхние участки побегов с 2-3 парами почек, после чего развивается множество мелких соцветий. Не забывайте каждые 2-3 года удалять старые стволики и ветки.

Основной способ размножения гортензий - черенкование. Летние черенки заготавливают в начале бутонизации: для этого берут веточки, несущие соцветия. Удалив цветки, нарезают черенки длиной 4-5 см. (необходимо хотя бы одно междоузлие). Нижний срез чуть косой, проходит под самым основанием листьев, верхний - сразу над верхним узлом. На черенке должны оставаться две пары листьев, но у каждого листа нужно срезать треть или половину - чтобы уменьшить испаряющую поверхность. Черенки сажают на глубину 1 см., предварительно их полезно обработать стимулятором роста (например, гетероауксином).

Укоренение можно проводить в парниках, теплицах и даже цветочных горшках, накрытых банкой. Зимние черенки длиной 15-20 см. заготавливают осенью из однолетних побегов средней толщины. Нижний срез делается вблизи узла, верхний - непосредственно над верхней парой почек. На зиму их прикапывают в защищённом месте открытого грунта или хранят в подвале в чуть влажном песке при температуре около 0°С. Высадку производят ранней весной (после схода снега) в лёгкие супесчаные почвы на глубину 4-10 см.

Весьма надёжным является **размножение отводками.** Для этого ранней весной пригибают к земле нижние прошлогодние побеги, закрепляют их деревянными шпильками, засыпают землёй. Отпрыски можно отделять и пересаживать на постоянное место весной следующего года.

А теперь познакомимся с некоторыми видами гортензий.

Гортензия метельчатая происходит из Японии и Китая. Это кустарник, достигающий 3 м. высоты, с густой шаровидной кроной. Метельчатая гортензия с июля до осени покрыта поникшими от собственной тяжести соцветиями. Срезанные в сентябре, они прекрасно смотрятся в зимних букетах и композициях. Очень эффектна эта гортензия в штамбовой форме. Для её получения у молодого кустика надо сохранить лишь один самый сильный побег. Далее каждый год все боковые побеги срезать, оставляя 2-3 пары почек.

Чтобы увеличить размер соцветий этой гортензии, каждую весну вырезают веточки прошлогоднего прироста, а крупные? хорошо развитые побеги коротко обрезают. В период появления бутонов удаляют самые слабые веточки, несущие соцветия (их можно использовать на черенки).

Гортензия Бретшнейдера очень морозостойка. Родина её Китай, где она растёт высоко в горах. Это кустарник, достигающий 3 м. высоты, с раскидистой округлой кроной. Многочисленные крупные (8-16 см. в диаметре) соцветия в начале цветения снежно-белые, но через 2-3 недели розовеют и постепенно становятся пурпурными. Цвести этот кустарник начинает на 5-6-м году жизни.

Необычайно декоративна **гортензия ползучая (вьющаяся)** родом из Японии. Это лиана с пышной тёмно-зеленой листвой, цветущая с июля. Она практически не нуждается в опоре - подобно плющу, цепляется воздушными корнями за любую подходящую поверхность и может подниматься таким образом на высоту до 25 м. На севере средней полосы России растение прекрасно развивается, но редко цветёт.

Внимания цветовода-любителя заслуживает и теплолюбивая южная гортензия, известная под названием **гортензия садовая**. Этот вид часто выращивается в оранжереях и нередко в комнатах. Самой интересной его особенностью является то, что окраска очень крупных венчиковых чашелистиков зависит от кислотности почвы и её легко изменить, поливая растение в период образования бутонов раствором солей железа или квасцов. Поливая разные стороны куста растворами разных солей, можно добиться того, что соцветия на нём приобретут окраску от ярко-голубой до ярко-розовой

Марина Новосёлова,
кандидат биологических наук.

ПОЧЕМУ Я РЕКОМЕНДУЮ ПОКУПАТЬ "УСПЕХ"!

Перед началом дачного сезона на рынке появилось много различных удобрений. Многие покупают только испытанные удобрения, некоторые интересуются новинками. И хотя биоудобрение "Успех" открывает уже 3-й сезон, для многих дачников, садоводов и фермеров оно незнакомо. Поэтому полезно поделиться результатами его испытаний.

1. За 2 года "Успех" уже испытали тысячи дачников, научные организации, опытно-производственные хозяйства, тепличные комбинаты, любители цветов и комнатных растений. Среди дачников 70-75% отзывов положительных, а это очень высокий результат. Отрицательные отзывы встречаются крайне редко, и как правило, связаны с неправильным применением биоудобрения.

2. Удобрение полностью состоит из морских растений без каких-либо химических или иных добавок. Причём органическая часть составляет 55% (согласно анализу, выполненному агрохимической лабораторией Приморского НИИ сельского хозяйства). Удобрение создано самой природой, оно безопасно, что подтверждается гигиеническим сертификатом, выданным Приморским ЦСЭН на 3 года.

3. "Успех" - высококачественное комбинированное удобрение. Если минеральные удобрения состоят, как правило, из 1-3 элементов, то в "Успехе" содержится практически вся таблица Менделеева. Здесь полный набор микро- и макроэлементов, минеральные соли, ауксиноподобные вещества, защищающие культурные растения от вредителей и болезней. "Успех" комбинирует в себе минеральные удобрения, добавки микроэлементов, стимуляторы роста и др. Искусственно создать такое удобрение просто невозможно. Специалисты владивостокского городского общества садоводов подсчитали, что стоимость созданного удобрения с аналогичным составом превысит 50 рублей за кг.

4. "Успех" прекрасно стимулирует всхожесть семян и рост рассады. По наблюдениям учёных, повышаются энергия и дружность прорастания семян растений, наблюдается усиленный рост стебля и листьев, формируется мощная корневая система. Именно поэтому всеми отмечена практически 100% приживаемость рассады при высадке и пересадках.

5. С использованием "Успеха" отмечено более раннее цветение растений. Например, огурцы в тепличных комбинатах начинают цвести на 2-5 дней раньше контрольных, первые плоды созревают на 5-7 дней раньше, а сроки плодоношения удлиняются на 2-3 недели

6. "Успех" повышает устойчивость растений к грибковым болезням. Этот вывод сделан учёными Ботанического сада-института ДВО РАН, которые обнаружили что растения, удобренные "Успехом", в 2 раза реже обрабатывались фунгицидами.

7. "Успех" повышает урожайность всех культур от 10% на очень богатых почвах до 140% на бедных почвах. Так, при средней урожайности картофеля 120 ц\га (бедная почва) на участках, удобренных "Успехом", урожайность повышалась до 288 ц\га (прибавка 140%). А при средней урожайности 330 ц\га (богатая почва) урожайность выросла до 465 ц\га (прибавка 40%).

8. Для дачников и фермеров, частично продающих свой урожай, очень важно получение стандартной продукции. И здесь "Успех" хороший помощник. Например, при 1-2-кратной внекорневой подкормке водным раствором "Успеха" прибавка стандартной продукции свёклы составляет 4,3 т\га, капусты в среднем на 7 т\га, моркови - до 5,6 т\га, а картофеля - 5,2 т\га (данные Приморской овощной станции, п. Сураженка, и АОЗТ "Артёмовское").

9. Не менее важным является снижение повреждённости продукции. Для картофеля, например, повреждённость фитофторозом снижается на 40-80%.

10. Для всех большое значение имеет сохранность продукции, которая, по общему мнению дачников, гораздо лучше у продукции, выращенной с применением "Успеха".

11. В отличие от навоза "Успех" не содержит ни диаспор сорняков, ни патогенных грибов. Следовательно, снижаются затраты труда на прополку и средств на приобретение гербицидов.

12. Внесение "Успеха" в почву требует значительно меньше трудозатрат по сравнению с навозом. Для дачного участка 6 соток требуется всего 10-20 кг "Успеха". Сравните это с машиной навоза, которую нужно перетаскать по всему участку. Особенно это важно для пожилых людей, которые, в основном, и работают на дачах.

13. "Успех" улучшает вкус плодов и ягод, увеличивает размеры и вес, улучшает окрас плодов. Выращенная с применением "Успеха" плодоовощная продукция качественно отличается повышенным содержанием каротина в моркови, сахаров в овощах, крахмала в клубнях картофеля.

14. Полноценное питание растений, получаемое при внесении "Успеха", благотворно сказывается и на перезимовке плодово-ягодных деревьев, кустарников, земляники и других многолетних растений.

15. Наконец, самое важное. "Успех" сегодня дешевле всех удобрений. Минеральные удобрения и различные смеси в магазинах стоят 18 руб\кг. "Успех" можно купить на ярмарках и на трассе всего за 12 руб\кг, то есть в полтора раза дешевле. А для ветеранов войны и труда и пенсионеров владивостокским городским советом ветеранов организована реализация всего по 10 руб\кг. Кроме того, расход биоудобрения можно уменьшить, если следовать выводу Приморской овощной опытной станции, пос. Суражевка, который дословно звучит так: "Применение биоудобрения наиболее эффективно и экономически более выгодно в виде внекорневых подкормок водными растворами". Судите сами. При 1-2 внекорневых подкормках водным раствором (в пересчёте на сотку 80-100 г. "Успеха") прибавка урожая на сотку составила: свёклы - 70 кг., капусты - 66 кг., моркови - 32 кг. Стоимость 100 г. "Успеха" всего 1-1,5 рубля, а прибавка урожая исчисляется в десятках кг. овощей. Выгодно? Без сомнения! Не верите - приглашаем всех ознакомиться с научным отчётом Приморской овощной опытной станции.

Более того, указанная прибавка урожая отмечена при очень высоком урожае на контрольных делянках (свёкла - 55,1 т\га, капуста - 72,4 т\га, морковь - 39,8 т\га). Для бедных почв повышение урожайности будет значительно больше.

Сколько же нужно "Успеха" в расчёте на сотку? При рациональном использовании - всего 2-3 кг. на сотку или 10-20 кг. для всего дачного участка. Это всего 100-240 рублей. Рациональное применение подразумевает внесение части общей дозы удобрения под корень растений при посадке (3-5 г. на растение) и плюс 2-4 внекорневые подкормки водным раствором, приготовленным из расчёта 8 г. на литр.

16. И последнее. Покупая "Успех", Вы помогаете развитию местной промышленности. Ваши деньги остаются и работают в Приморском крае. Они направляются на сбор выброшенных штормами морских водорослей и трав, то есть на очистку побережья залива Петра Великого, и на дальнейшие испытания удобрений. В конечном счёте Ваши деньги способствуют улучшению экологии и экономики Приморья.

Приглашаем всех приобрести биоудобрение "Успех" на ярмарках и в магазинах. Принимаем заявки от предприятий и садоводческих товариществ. Приглашаем к сотрудничеству районные советы садоводов, региональных представителей, ветеранов войны и труда, всех желающих вырастить хороший урожай.

СОРОКИН МИХАИЛ АЛЕКСАНДРОВИЧ, ДИРЕКТОР ООО "БИОГЕН", ТЕЛЕФОНЫ: 231-029, 231-897.

ЗЕЛЁНАЯ АПТЕКА

Продолжение. Начало в №№ 2-4 за 1998 г.

б) свежий сок из корней принимают по 1-2 чайные ложки 3 раза в день за 30 минут до еды.

Сирень (цветы). Столовую ложку цветов заливают стаканом кипятка, настаивают 1 час и процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 1/2 стакана 5 - 6 раз в день. *Используют и такой рецепт:* 25 г. багульника заваривают 1 литром кипятка и пьют как чай по 1/2 стакана 5 - 6 раз в день.

Боярышник (плоды). Три столовые ложки плодов заваривают 3 г. *измельчённого в порошок растения* кипятят 10 минут в 3/4 стакана воды. Принимают по 2 чайные ложки в день.

Ромашка (цветы) - 1 часть, **мята (листья)** - 1 часть, **фенхель (плоды)** - 1 часть, **тмин (плоды)** -1

на 3 года.

3. "Успех" - высококачественное комбинирого

продающих свой урожай, очень важно получение стандартной продукции. И здесь "Успех" хороший помощник. Например, при 1-2-

ким городским советом ветеранов организована реализация всего по 10 руб\кг. Кроме того, расход биоудобрения можно умень-

садоводов, региональных представителей, ветеранов войны и труда, всех желающих вырастить хороший урожай.

ЗЕЛЁНАЯ АПТЕКА

(Продолжение. Начало в №№ 2-4 за 1998 г., 1-4 за 1999 г.).

ЖАРОПОНИЖАЮЩИЕ СРЕДСТВА

Липа (цветы) - 1 часть, **бузина травянистая (цветы)** - 1 часть, **зверобой (трава)** - 1 часть, **ежевика (листья)** - 1 часть, **лён (семена)** - 1 часть, **мелконарезанные семена тыквы** - 1 часть, **ромашка (цветы)** - 1 часть. 4 столовые ложки смеси заваривают 1/2 литра кипятка, настаивают 30 минут и процеживают. Пьют по 1/2 стакана за 1 час до еды.

Малина (плоды). Пьют чай из 2 столовых ложек сушёных плодов на стакан кипятка.

Овёс (солома). Пьют отвар из 30-40 г. соломы на 1 литр воды.

Осина (почки). Чайную ложку почек заливают стаканом кипятка, настаивают 1 час и процеживают. Принимают по 1-2 столовые ложки 5-6 раз в день.

Пижма обыкновенная (цветы). Пьют напар из 20 г. цветов в 1 литре воды.

ПРИ БРОНХИТЕ

Алоэ (листья) - 15 г., **жир (свиной или гусиный)** - 100 г., **масло сливочное (несолёное)** - 100 г., **мёд** - 100 г. Компоненты тщательно перемешивают и принимают по 1 столовой ложке 2 раза в день.

Алтей (корень) - 40 г., **солодка голая (корень)** - 25 г., **мать-и-мачеха (листья)** - 20 г., **фенхель (плоды)** - 15 г. Две столовые ложки смеси заливают стаканом кипятка, нагревают на водяной бане 15 минут, охлаждают 45 минут, процеживают, отжимают и доводят объём до 200 мл. Пьют по 1/4-1/3 стакана 3-5 раз в день.

Алтей (корень) - 15 г., **донник (цветы)** - 5 г., **тимьян (трава)** - 10 г., **фенхель (плоды)** - 10 г., **мята (листья)** - 10 г., **подорожник (листья)** - 15 г, **солодка голая (корень)** - 15 г., **мать-и-мачеха (листья)** - 20 г. Настой готовят так же, как в предыдущем рецепте. Пьют по 1/4-1/3 стакана несколько раз в день.

Калина (плоды). Едят ягоды, настоянные 6-7 часов на горячем мёде.

Крапива двудомная (семена). Принимают порошок из растёртых семян крапивы по 2-4 г. 3-4 раза в день.

Лён (семена). Пьют настой или отвар из 1 столовой ложки семян на 2 стакана воды по 1/4 - 1/2 стакана 3 раза в день.

Лук репчатый. 500 г измельчённых луковиц, 400 г. сахара, 50 г мёда смешивают и добавляют 1 литр воды. Варят смесь на медленном огне 3 часа, остужают, процеживают и переливают в бутылку. Принимают по 1 столовой ложке 4 - 6 раз в день. Можно вдыхать свежеприготовленную кашицу из протёртого лука в течение 10 минут. Курс лечения - 30-40 дней, повторный - через месяц.

Малина (листья). Две столовые ложки измельчённых листьев заваривают 2 ст. кипятка, кипятят 10 минут и процеживают. Пьют в горячем виде в течение 1 - 2 часов.

Малина (плоды) - 1 часть, **мать-и-мачеха (листья)** - 1 часть, **душица (трава)** - 1 часть. Столовую ложку смеси заваривают стаканом кипятка. Пьют как чай в тёплом виде

Мать-и-мачеха (листья). Пьют напар из 20 - 30 г. листьев в 1 литре воды.

Морковь (корнеплод). Стакан свежего сока смешивают с несколькими ложками мёда и принимают по 1 столовой ложке 4 - 5 раз в день.

Подорожник ланцетный (листья). Полощут летом горло соком листьев, разбавленным водой, а зимой пьют напар из сушёных листьев.

Редька чёрная (корнеплод). Редьку натирают на тёрке и выжимают сок. Смешивают 1 литр сока с 400 г. жидкого мёда и принимают по 2 столовые ложки перед едой и перед сном.

Сельдерей (корень). 3 - 4 г. измельчённого корня заливают 1 литром воды, настаивают 8 часов и процеживают. Принимают по 1 чайной ложке 3 раза в день.

Можно использовать и такие рецепты:

а) столовую ложку измельчённых свежих корней заливают $1^1/_2$ стакана холодной воды, настаивают 4 часа, процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день;

б) свежий сок из корней принимают по 1-2 чайные ложки 3 раза в день за 30 минут до еды.

Сирень (цветы). Столовую ложку цветов заливают стаканом кипятка, настаивают 1 час и процеживают Принимают по 1 столовой ложке 3 - 4 раза в день.

Солодка голая (корень). 10 г. измельчённого корня заливают стаканом кипятка, нагревают на водяной бане 20 минут, охлаждают 45 минут, процеживают, отжимают и доводят объём до 200 мл. Принимают по 1 столовой ложке 3 - 4 раза в день.

Можно использовать и такой рецепт: **солодка голая (корень)** - 30 г., **подорожник (листья)** - 30 г., **фиалка трёхцветная (трава)** - 20 г., **мать-и-мачеха (листья)** - 20 г. Настой готовят так же, как и в предыдущем рецепте. Пьют по 1/4 - 1/3 стакана 3 раза в день.

Тысячелистник (трава). Принимают по 2 столовые ложки 2 раза в день сок из свежей травы.

Фенхель (плоды). 10 г. плодов заливают стаканом кипятка, нагревают на водяной бане 20 минут, охлаждают 45 минут, процеживают, отжимают. Принимают по 1 столовой ложке 2 - 3 раза в день.

Шалфей (листья). Пьют чай из листьев шалфея не реже, чем каждые 2 часа

Щавель конский (корни). Столовую ложку измельчённых корней заливают стаканом воды, кипятят 15 минут, настаивают 2 часа и процеживают. Пьют по 1/2 столовой ложки 3 - 5 раз в день.

ПРИ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЕ

Алоэ (листья). Срезают листья алоэ в возрасте 3 - 5 лет, выдерживают в темноте две недели при температуре 4 - 8° С, промывают, измельчают, заливают кипячёной водой в соотношении 1:3, настаивают 1 - $1^1/_2$ часа и отжимают сок. 1/2 стакана сока смешивают с 500 г. измельчённых грецких орехов и 300 г. мёда. Принимают по 1 столовой ложке 3 раза в день за 30 минут до еды.

Алтей (корень). 6 г. корня заливают стаканом кипятка, нагревают на водяной бане 30 минут, охлаждают 10 минут, процеживают, отжимают и доводят объём до 200 мл. Пьют по 1/3 - 1/2 стакана в горячем виде 3 раза в день после еды.

Багульник (листья) - 25 г., **крапива жгучая (листья)** - 15 г. Компоненты мелко измельчают, заваривают 1 литром кипятка, настаивают 3 часа и процеживают. Пьют по 1/2 стакана 5 - 6 раз в день. *Используют и такой рецепт:* 25 г. багульника заваривают 1 литром кипятка и пьют как чай по 1/2 стакана 5 - 6 раз в день.

Боярышник (плоды). Три столовые ложки плодов заваривают 3 стаканами кипятка. Пьют по 1 стакану 3 раза в день.

Земляника (листья). Столовую ложку листьев заливают стаканом кипятка, кипятят 10 минут, настаивают 2 часа и процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 3 - 4 раза в день. Можно употреблять настой из 1 столовой ложки измельчённых листьев, залитых стаканом кипятка, настоенных 45 минут и процеженных. Пьют по стакану утром и вечером.

Крапива двудомная (листья). Чайную ложку сухих листьев отваривают в стакане кипятка и несколько минут настаивают. Пьют как чай ежедневно.

Малина (корни). 50 г. корней, собранных во время цветения или поздней осенью, заливают 1/2 литра воды и кипятят на медленном огне. Пьют по 1/4 стакана 3 раза в день.

Мать-и-мачеха (листья) - 1 часть, **багульник (листья)** - 1 часть, **календула (цветы)** - 1 часть, **фиалка трёхцветная (трава)** - 1 часть, **ромашка (цветы)** - 1 часть, **солодка голая (корень)** - 1 часть, **девясил (корень)** - 1 часть, **анис (плоды)** - 1 часть, **мята (листья)** - 1 часть, **подорожник (листья)** - 1 часть. Две столовые ложки смеси заливают стаканом кипятка, нагревают на водяной бане 15 минут, охлаждают 45 минут, процеживают, отжимают и доводят объём до 200 мл. Пьют по 1/4 - 1/3 стакана 3 раза в день после еды.

Мать-и-мачеха (листья). Четыре чайные ложки свежих измельчённых листьев заваривают стаканом кипятка, настаивают 30 минут и процеживают. Пьют по 1/4 стакана 4 раза в день.

Подорожник большой (листья). Чайную ложку свежих или сухих листьев заливают стаканом кипятка, настаивают 15 минут и процеживают. Принимают по 1 столовой ложке 4 раза в день до еды.

Полынь обыкновенная (листья и семена). Чайную ложку измельчённого сырья заливают стаканом кипятка, настаивают 3 - 4 часа и процеживают. Пьют по 1/3 стакана 3 раза в день.

Паслён дольчатый (листья). 3 г. измельчённого в порошок растения кипятят 10 минут в 3/4 стакана воды. Принимают по 2 чайные ложки в день.

Ромашка (цветы) - 1 часть, **мята (листья)** - 1 часть, **фенхель (плоды)** - 1 часть, **тмин (плоды)** -1 часть, **валериана (корень)** -1 часть. Две столовые ложки смеси заливают стаканом кипятка, нагревают на водяной бане 15 минут, охлаждают 45 минут, процеживают, отжимают и доводят объём до 200 мл. Пьют по 1/2 стакана 2 раза в день, на ночь - 1 стакан.

Сирень (листья). Пьют чай из листьев сирени, собранных в период цветения.

Солодка голая (корень) - 30 г., **сосна (почки)** - 30 г., **мать-и-мачеха (листья)** - 30 г., **укроп (плоды)** - 15 г., **алтей (корень)** - 15 г., **багульник (листья)** - 15 г., **череда (трава)** - 15 г. Две столовые ложки смеси заливают стаканом воды, нагревают на водяной бане 15 минут, остужают 45 минут, процеживают, отжимают и доводят объём до 200 мл. Пьют по 1/4 - 1/3 стакана 3-4 раза в день.

Сосна (почки) - 1 часть, **подорожник (листья)** - 1 часть, **мать-и-мачеха (листья)** - 1 часть. Четыре чайные ложки смеси заливают стаканом холодной воды, настаивают 2 часа, кипятят 5 минут, ещё настаивают 15 минут и процеживают. Пьют дозу в течение дня в 3 приёма.

Можно применять и такой рецепт: **Сосна (почки)** - 40 г., **подорожник большой (листья)** - 30 г., **мать-и-мачеха (листья)** - 30 г. Две столовые ложки смеси заливают стаканом кипятка, нагревают на водяной бане 15 минут, охлаждают 45 минут, процеживают, отжимают и доводят объём до 200 мл. Пьют тёплым по 1/4 - 1/3 стакана 3 раза в день.

Фиалка трёхцветная (трава) - 10 г., **подорожник большой (листья)** - 10 г., **багульник (листья)** - 10 г., **девясил (корень)** - 10 г., **мать-и-мачеха (листья)** - 10 г., **солодка голая (корень)** - 10 г., **календула (цветы)** - 10 г., **мята (листья)** - 10 г., **ромашка (цветы)** - 10 г., **анис (плоды)** - 10 г. Две столовые ложки смеси заливают стаканом воды, нагревают на водяной бане 15 минут, остужают 45 минут, процеживают, отжимают и доводят объём до 200 мл. Пьют по 1/4 - 1/3 стакана 3 - 4 раза в день.

(Продолжение в следующем номере)

ХАРАКТЕРИСТИКА УДОБРЕНИЙ

МИНЕРАЛЬНЫЕ УДОБРЕНИЯ

Аммиачная селитра (азотнокислый аммоний, нитрат аммония) - удобрение, содержащее 34-35% азота. Хорошо растворяется в воде и быстро действует на растение. Выпускается в виде белых гранул. Обладает повышенной гигроскопичностью. При хранении слёживается, поэтому хранят селитру в сухом месте. С торфом, опилками, соломой и другими органическими материалами смешивать нельзя, так как возможно самовозгорание селитры.

Способствует подкислению почвы. Норма внесения 15-25 г. на 1 м².

Мочевина (карбамид) - концентрированное азотное удобрение, содержащее 46% азота. Хорошо растворяется в воде, при хранении слёживается. Используется в качестве основного удобрения с заделкой в почву под лопату, а также для некорневых подкормок. Норма внесения в первом случае 10-20 г. на 1 м², во втором - 50 г. на 10 л. воды.

Сульфат аммония (сернокислый аммоний) - кристаллическое вещество белого или серого цвета, содержащее 20,5-21% азота; хорошо растворяется в воде. Хорошо удерживается почвой, поэтому его можно вносить с осени в качестве основного удобрения, а в период вегетации растений - в подкормку. Подкисляет почву, поэтому его следует вносить на произвесткованных почвах. Норма внесения 30-40 г. на 1 м².

Кальциевая селитра (нитрат кальция, азотнокислый кальций) - выпускаемое в виде гранул щелочное удобрение, содержащее 15,5% азота. Норма внесения 30-50 г. на 1 м².

Суперфосфат - фосфорное удобрение, растворимое в воде, содержащее 10% усвояемой фосфорной кислоты из апатита и 14% - из фосфорита. Выпускается в виде порошка светло-серого цвета и гранул. Не повышает кислотности почвы. Норма внесения 40-60 г. на 1 м².

Фосфоритная мука - труднорастворимый порошок тёмно-серого или бурого цвета, содержащий 19-30% растворимой фосфорной кислоты. Используют в качестве основного удобрения. Нельзя вносить в одни сроки с известью. Норма внесения 30-40 г. на 1 м².

Хлористый калий - кристаллический порошок, белый с сероватым оттенком или розовый; содержит около 60% окиси калия. Лучше вносить с осени. Норма внесения 15-20 г. на 1 м².

Калийная соль - смесь хлористого калия с молотым сильвинитом. Содержит 30-40% окиси калия. Лучше вносить осенью из рас-

Содержание органических удобрений в 1 ведре вместимостью 10 л.

Удобрение	кг
Навоз конский на подстилке из опилок	5
Навоз конский свежий	8
Навоз коровий свежий	9
Навозная жижа	12
Птичий помёт	5
Перегной	8
Торф проветренный низинный	5
Дерновая земля	12
Компост	10

уплотнённым грунтом укладывают слой торфа толщиной 20-30 см. для впитывания навозной жижи. Навоз укладывают в штабель и хорошо утаптывают. Ширина штабеля 2 м., высота 1,5 м., длина произвольная. Его укрывают торфом или почвой слоем 20 см. Навоз следует вносить в почву в полуперепревшем состоянии. Время внесения - осень или весна, норма - в среднем 4-6 кг. на 1 м².

Перегной - удобрение, получаемое при полном разложении навоза и различных растительных остатков (листья, трава и т.д.). Он отличается повышенной концентрацией элементов питания в усвояемой для растений форме. Норма - в среднем 2-3 кг. на 1 м².

Торф - вещество, содержащее значительное количество органики. Для использования в качестве удобрения пригоден торф, имеющий нейтральную реакцию и содержащий много кальция. Если же торф кислый и в его золе много железа и алюминия, для удобрения он не пригоден. Следует применять только хорошо выветрившийся низинный торф. Норма внесения - 4-8 кг. на 1 м².

Птичий помёт - быстродействующее органическое удобрение с высоким содержанием основных элементов питания, находящихся в легкоусвояемой для растений форме. Свежий птичий помёт хранят плотным (холодным) способом, компостируя его с поглощающими влагу материалами: торфяной крошкой, древесными опилками или соломенной резкой в соотношении 3:1 (по массе).

Птичий помёт используют для удобрения в натуральном виде - для основной заправки, в растворённом - для подкормок. Норма внесения сырого помёта 400-500 г., сухого - 200-300 г. на 1 м². Сразу после равномерного рассева по поверхности почвы его заделывают на штык лопаты. Для жидких подкормок сырой птичий помёт разбавляют водой (непосредственно перед внесением) в соотношении 1:10 и тщательно перемешивают.

Торфонавозный компост как удобрение готовят из всех видов торфа, влажность которых не превышает 60%. Соотношение тор-

мые соединения. Эту операцию проводят непосредственно перед внесением и руководствуются данными, представленными в таблице.

Сложные удобрения выпускаются промышленностью в твёрдом и жидком виде. Они содержат 2-3 элемента и более, включая микроэлементы.

К сложным удобрениям относят фосфат аммония (аммофос и диаммофос), нитрофоску, нитроаммофоску, магнийаммонийфосфат, карбоаммофоску и т.д.

Аммофос (в гранулах). Это удобрение вносят в почву локально и вразброс. При подготовке почвенной смеси на 0,1 м³ доза удобрения равна 200 г., локально в лунки или бороздки добавляют по 15-20 г/м². При внесении вразброс аммофос равномерно распределяют по поверхности и заделывают в грунт в дозе 50-60 г/м²

Диаммофос вносят перед высадкой рассады вразброс в дозе 40-50 г/м².

Магнийаммонийфосфат ($MgNH_4PO_4$) - источник азота, фосфора и магния, не содержит балластных веществ. Слабая растворимость и значительная концентрация элементов питания обусловливают высокую эффективность внесения этого удобрения в рассадные кубики и горшочки. Доза - 2-3 г. на растение.

При выращивании овощных растений на керамзите или другом минеральном субстрате (гранит, щебень) можно вносить это удобрение в запас в больших дозах без вреда для роста и развития возделываемых культур.

Так как водопроводная вода богата кальцием, то дополнительное внесение его в городской местности не требуется.

Азофоска - новое высокоэффективное комплексное водорастворимое удобрение. Содержит азот, фосфор и калий. Применяют его при основной заправке бедных азотом почвосмесей.

Подкормку овощных растений проводят раствором удобрения из расчёта 25 г. на 10 л. отстоявшейся воды. Расход - в зависимости от культуры и фазы развития - 1-3 л. на растение, начиная с фазы усиленного вегетативного роста или бурного цветения.

Фоскамид содержит азот, фосфор, калий, а также микроэлементы: бор, кобальт, цинк, марганец, молибден, медь.

Макро- и микроэлементы находятся в удобрении в легкоусвояемой форме. Используют его для основной заправки почвосмесей и подкормки комнатных растений раствором (10 г. на 10 л. воды), расходуя 1-2 л. при каждой подкормке с последующим поливом чистой водой.

Специально для овощеводов-любителей промышленность выпускает высокоэффективные минеральные удобрения. Например,

растворов при беспочвенной культуре. Особенно эффективно на лёгких (песчаных и супесчаных) почвосмесях, а также при выращивании растений на торфе.

Для подкормки комнатных и балконных растений применяют 0,5-1% раствор удобрения (1 ч. ложка на 1 л. воды), расходуя 1-2 л. на растение. Подкармливают 2 раза в месяц.

Подкормки рассады, высаженной на постоянное место, проводят после того, как она начинает активно расти (например, огурца - в фазе 5-6 настоящих листьев).

Посевные культуры (морковь на пучок, мангольд и др.) подкармливают через 30-40 дней после посева.

При смешивании сложных и простых удобрений получают **сложно-смешанные** удобрения (см. табл.).

Содержание минеральных удобрений в одной столовой ложке

Удобрение	г
Калийная селитра	18
Сернокислый аммоний	14
Мочевина	12
Суперфосфат порошковидный	17
Суперфосфат гранулированный	16
Фосфоритная мука	9
Хлористый калий	14
Сернокислый калий	17
Калимагнезия	16
Удобрительная овощная смесь	14
Известь-пушонка	9
Зола древесная	8
Зола древесная в одном стакане	100

УДОБРИТЕЛЬНЫЕ СМЕСИ

В огородной смеси содержится 6% азота, по 9% фосфорной кислоты и окиси калия; в плодово-ягодной - 6% азота, 9,6% фосфорной кислоты и 7,5% окиси калия. В качестве основного удобрения их лучше вносить весной из расчёта 80-100 г. на 1 м², в виде жидких подкормок - в период вегетации растений (20-40 г. на 10 л. воды, в зависимости от возраста растений). Хранят смесь в сухом месте.

МИКРОУДОБРЕНИЯ

Действующим веществом этих удобрений являются микроэлементы (бор, железо, марганец, медь и др.), которые находятся в почве в незначительном количестве. Они активизируют биохимические процессы, протекающие в растениях. Микроудобре-

из фосфорита. Выпускается в виде порошка светло-серого цвета и гранул. Не повышает кислотности почвы. Норма внесения 40-60 г. на 1 м².

Фосфоритная мука - труднорастворимый порошок тёмно-серого или бурого цвета, содержащий 19-30% растворимой фосфорной кислоты. Используют в качестве основного удобрения. Нельзя вносить в одни сроки с известью. Норма внесения 30-40 г на 1 м²

Хлористый калий - кристаллический порошок, белый с сероватым оттенком или розовый; содержит около 60% окиси калия. Лучше вносить с осени Норма внесения 15-20 г. на 1 м².

Калийная соль - смесь хлористого калия с молотым сильвинитом. Содержит 30-40% окиси калия. Лучше вносить осенью из расчёта 30-40 г. на 1 м².

Сульфат калия - концентрированное калийное удобрение, представляющее собой кристаллический рассыпчатый белый порошок с жёлтым оттенком, содержащий 48% окиси калия. Хорошо растворяется в воде. Норма внесения 20-25 г. на 1 м².

Калийная селитра - кристаллический порошок тёмно-серого цвета, содержит 44% окиси калия и 14% азота. Следует вносить весной, чтобы не потерять легкорастворимый азот.

Зола - ценное удобрение, содержащее основные микроэлементы. Наличие кальция позволяет использовать её для нейтрализации почвы. На 1 м² вносят 300 г. растительной, 700 г. древесной и до 1 кг. торфяной золы.

ОРГАНИЧЕСКИЕ УДОБРЕНИЯ

Навоз - основное органическое удобрение. Его действие длится в течение 3-5 лет после внесения. В навозе содержатся азот, фосфор, калий, кальций, микроэлементы. Кроме того, он значительно улучшает структуру почвы, делая её водо- и воздухопроницаемой.

Лучший способ хранения навоза - в плотном штабеле. На специальную площадку с в легкоусвояемой для растений форме. Свежий птичий помёт хранят плотным (холодным) способом, компостируя его с поглощающими влагу материалами торфяной крошкой, древесными опилками или соломенной резкой в соотношении 3:1 (по массе).

Птичий помёт используют для удобрения в натуральном виде - для основной заправки, в растворенном - для подкормок Норма внесения сырого помёта 400-500 г., сухого - 200-300 г. на 1 м². Сразу после равномерного рассева по поверхности почвы его заделывают на штык лопаты. Для жидких подкормок сырой птичий помёт разбавляют водой (непосредственно перед внесением) в соотношении 1:10 и тщательно перемешивают.

Торфонавозный компост как удобрение готовят из всех видов торфа, влажность которых не превышает 60%. Соотношение торфа и навоза в нём 3 1. Торф и навоз поочередно укладывают в штабель вначале торф слоем 30-40 см , затем навоз - 10-15 см , и т.д. Штабель завершают слоем торфа толщиной 20 см.

Укладка должна быть рыхлой - это обеспечивает доступ воздуха и способствует быстрому разложению органических веществ. В сухую погоду штабель поливают навозной жижей или водой. В течение лета его несколько раз перелопачивают. Через 4-5 месяцев компост готов к употреблению. Норма внесения торфонавозного компоста 3-4 кг. (полведра) на 1 м² при перекопке почвы.

КОМПЛЕКСНЫЕ УДОБРЕНИЯ

Комплексные удобрения подразделяются на смешанные, сложные и сложно-смешанные.

Смешанные удобрения готовят из простых удобрений. Однако при приготовлении их в домашних условиях необходимо учитывать, что не все удобрения можно смешивать. Например, при смешивании физиологически кислого двойного суперфосфата со щелочными азотными удобрениями, в частности с натриевой и кальциевой селитрой, теряется азот и образуются новые труднораствори-

Подкормку овощных растений проводят раствором удобрения из расчёта 25 г. на 10 л. отстоявшейся воды. Расход - в зависимости от культуры и фазы развития - 1-3 л. на растение, начиная с фазы усиленного вегетативного роста или бурного цветения.

Фоскамид содержит азот, фосфор, калий, а также микроэлементы: бор, кобальт, цинк, марганец, молибден, медь.

Макро- и микроэлементы находятся в удобрении в легкоусвояемой форме. Используют его для основной заправки почвосмесей и подкормки комнатных растений раствором (10 г. на 10 л. воды), расходуя 1-2 л. при каждой подкормке с последующим поливом чистой водой.

Специально для овощеводов-любителей промышленность выпускает высокоэффективные минеральные удобрения. Например, **Стимул-1**, комплексное сложное минеральное удобрение, в состав которого входят азот, фосфор, калий, магний, а также микроэлементы: бор, марганец, цинк, медь, молибден. Предназначено оно для приусадебных участков, но применимо и в комнатной культуре. Хорошо растворяется, поэтому его можно использовать не только для основной заправки, но и для подкормок.

Подкормки растений проводят 1 раз в 2 недели из расчёта 20-30 г. удобрения на 10 л. воды. Расход - 1-1,5 л. на растение в весенние и летние месяцы, в зимний период - 0,5 л.

Рост-1 - комплексное сложное концентрированное удобрение. Содержит азот, калий, фосфор, магний, а также микроэлементы: бор, цинк, молибден. Это одно из лучших удобрений для основной заправки почвосмесей, особенно бедных магнием. Может применяться и при подкормке овощных растений (15-20 г. на 10 л. воды). Расход - 0,5-2 л. на растение.

Универсальное комплексное сложное удобрение предназначено для подкормок всех видов растений на приусадебных участках, в защищённом грунте и комнатной культуре. Содержит азот, фосфор, калий и магний. Может использоваться для основной заправки почвосмесей и приготовления

В огородной смеси содержится 6% азота, по 9% фосфорной кислоты и окиси калия; в плодово-ягодной - 6% азота, 9,6% фосфорной кислоты и 7,5% окиси калия. В качестве основного удобрения их лучше вносить весной из расчёта 80-100 г. на 1 м², в виде жидких подкормок - в период вегетации растений (20-40 г. на 10 л. воды, в зависимости от возраста растений). *Хранят смесь в сухом месте.*

МИКРОУДОБРЕНИЯ

Действующим веществом этих удобрений являются микроэлементы (бор, железо, марганец, медь и др.), которые находятся в почве в незначительном количестве. Они активизируют биохимические процессы, протекающие в растениях. Микроудобрения используют при предпосевной обработке семян и подкормках.

Борные удобрения наиболее эффективны на дерново-подзолистых и торфяных почвах. При недостатке бора в почве применяют некорневые подкормки растений 0,02-процентным раствором борной кислоты (2 г. на 10 л. воды).

Марганцевые удобрения применяют на карбонатных и избыточно известкованных почвах. Для некорневой подкормки используют 0,1-процентный раствор сернокислого марганца.

Медные удобрения в виде размолотых пиритных огарков и медного купороса рекомендуется применять на осушенных торфяных почвах. При недостатке меди наблюдается пожелтение молодых листьев, замедляется их рост. Пиритные огарки вносят в почву 1 раз в 5-6 лет в дозе 50 г. на 1 м², сульфат меди - 1 г. на 1 м². Для некорневой подкормки растений используют 0,01-процентный раствор медного купороса (1 г. на 10 л. воды).

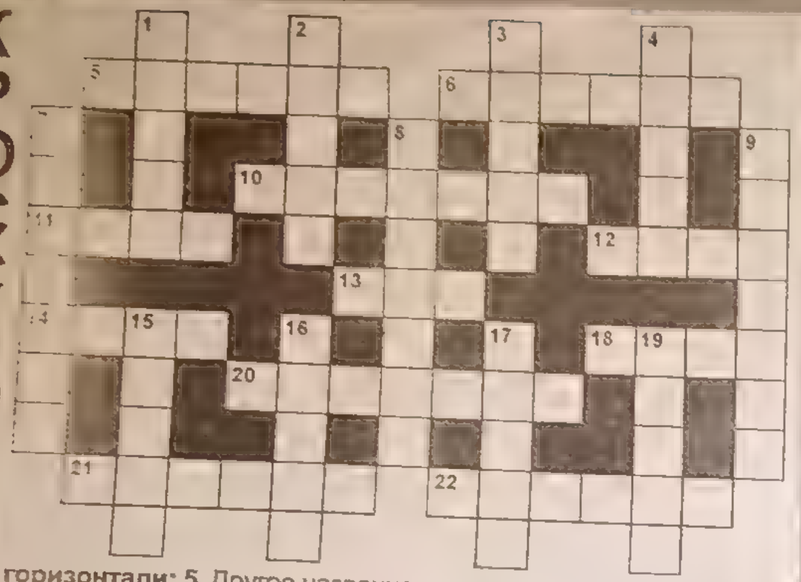
Недостаток железа проявляется в преждевременном пожелтении листьев и отмирании побегов. Для восполнения недостатка этого микроэлемента растения опрыскивают раствором **железного купороса** (5 г. на 10 л. воды).

СХЕМА СОВМЕСТИМОСТИ УДОБРЕНИЙ (по Г. Г. ВЕНДИЛО и др., 1986)

Удобрение	Сульфат аммония	Аммофос, диаммофос	Нитрофоски, аммиачная селитра	Мочевина	Суперфосфаты	Фосфорная мука	Преципитат	Томасшлак, фосфатшлак	Хлористый калий, сульфат калия, калийная соль	Известь, зола	Навоз, помёт
Сульфат аммония	++	++	++	++	+	+	+	-	++	-	-
Аммофос, диаммофос	++	++	++	++	+	+	+	-	++	-	-
Нитрофоски, аммиачная селитра	++	++	++	+	+	+	+	-	+	-	-
Мочевина	++	++	+	++	+	+	+	-	+	-	-
Суперфосфаты	+	+	+	+	++	+	+	-	+	-	++
Фосфоритная мука	+	+	+	+	+	++	+	+	+	-	++
Преципитат	+	+	+	+	+	+	++	+	+	-	-
Томасшлак, фосфатшлак	-	-	-	+	-	+	+	++	+	+	-
Хлористый калий, сульфат калия, калийная соль	++	++	+	+	+	+	+	++	++	+	++
Известь, зола	-	-	-	+	-	-	-	+	+	-	-
Навоз, помёт	-	-	-	+	++	++	-	-	++	-	-

Примечание: ++ *смешивать можно;* + *смешивать только перед внесением;* - *смешивать нельзя.*

КРОССВОРД



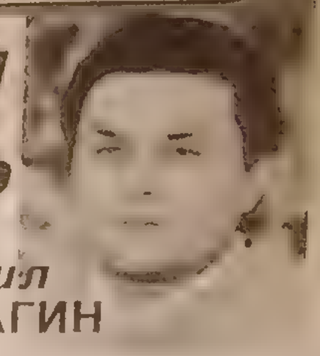
По горизонтали: 5. Другое название цветка шафрана. 6. Симфония цветочных запахов. 10. Один из сортов имеет название "Весёлые ребята". 11. Лекарственная форма из высушенных цветков растений. 12. "Лик пахучий, а хвост колючий" (загадка). 13. Что олицетворяет у французов мирт? 14. Дерево, из цветов которого пчёлы добывают лучший мёд. 18. "Стоянка" для светолюбивых декоративных цветов в квартире. 20. Растение, из цветков которого делают прекраснейший чай в Крыму и на Кавказе. 21. Символом чего является белая гвоздика? 22. Кустарник, цветы которого символизировали на Руси девственность, чистую любовь.

По вертикали: 1. Великий итальянец, казнённый на римской площади Цветов в 1600 году. 2. Цветочное ассорти. 3. Другое название цветка водосбор. 4. Декоративная ваза, в которую ставится цветочный горшок. 7. Цветок. В переводе с греческого - "царский". 8. Очень пахучее растение с причудливой формой цветка. 9. Сорт картофеля. 15. Травянистое растение семейства паслёновых. 16. Продукт переработки п. 12 по горизонтали. По его экспорту Болгария впереди планеты всей. 17. Азиатская страна - "Мать садов и цветов". 19. Растение с яркими цветами, из корней которого получают арарут.

По горизонтали: 5. Крокус. 6. Аромат. 10. Георгин. 11. Сбор. 12. Роза. 13. Мир. 14. Липа. 18. Окно. 20. Камелия. 21. Печаль. 22. Калина.

По вертикали: 1. Бруно. 2. Букет. 3. Орлик. 4. Кашпо. 7. Василёк. 8. Орхидея. 9. Сватова. 15. Перец. 16. Масло. 17. Китай. 19. Канна.

ЛУННЫЙ ПОСЕВНОЙ КАЛЕНДАРЬ НА ИЮНЬ



Составил Лев КОРЧАГИН

Работы в июне

На убывающей Луне с 1 по 12 июня

1-3 - производят прополку. Присыпают золу, смешанную с торфом, вокруг лука и капусты от вредителей.

4-5 - присыпают золой, мелом или известью молодые побеги, если на них появилась тля. В июне применять химические средства нельзя!

6-8 - подкармливают азотом томаты (через неделю после высадки). Поливают водой, посыпают золой, рыхлят.

9-10 - производят прополку. Вносят органические удобрения под плодовые деревья и ягодные кусты. Косят траву в саду

11-12 - закладывают в компост траву и сорняки до их осеменения. Производят панцировку - прищипывают на деревьях молодые побеги. Сеют зимнюю редьку - белую и чёрную.

13 - **Новолуние.** Растения не беспокоить.

На растущей Луне с 14 по 27 июня

14 - собирают лекарственные травы.

15-16 - обильно поливают растения. Стригут газоны и лужайки. Прореживают посадки. Сеют цветную капусту второго срока посадки.

17-18 - сажают рассаду бархатцев в землянике для отпугивания долгоносика.

19-20 - окучивают посадки. Подвязывают и подпирают шестами растения.

21-23 - очищают, просушивают, проветривают подвалы. Убирают плёнку в тёмное место, протерев её влажной тряпкой и закатав на круглую рейку.

24-25 - борются с улитками, рассыпая в междурядьях толчёную яичную скорлупу. Обильно поливают и рыхлят посадки.

26-27 - просушивают и проветривают хранилища, сараи. Уничтожают листогрызущих с помощью раствора горчичного порошка.

28 - **Полнолуние.** Растения беспокоить вредно.

Наиболее благоприятные дни для посадки

Название культуры	Июнь
Помидоры, перец, баклажаны	23-25
Капуста	21, 22, 28, 29
Огурцы, кабачки, патиссоны	23-25
Арбузы, тыквы, дыни	21-25
Горох, фасоль, соя	21-25
Ревень, сахарная кукуруза	21-25
Салат, щавель, огуречная трава, шпинат	28, 29
Укроп, тмин, мелисса, мята перечная	28, 29
Морковь, петрушка, сельдерей, свёкла, редька, репа, брюква	10, 11, 14, 15
Картофель, топинамбур	10, 11, 14, 15
Лук-порей	–
Редис	–
Хрен	–
Кукуруза, подсолнечник	13, 15
Лук, чеснок	23-27
Запрещённые дни	
Для всех культур	4, 5, 14, 16, 17, 30

ЗДОРОВЬЕ ОТ МАТЬ-И-МАЧЕХИ

Весной на чуть оттаявших пригорках и южных склонах овражков и холмов на коротких толстеньких серых стеблях расцветают золотисто-жёлтые корзинки цветов. Это мать-и-мачеха. Конские копытца напоминают её листья: беловатая, с пушком, кажущаяся тёплой нижняя сторона - "мать", гладкая и холодная верхняя - "мачеха".

Очень популярна в народе мать-и-мачеха. С глубокой древности её почитали как отлич- *9-10 часов утра, закрываются в 5-6 вечера.* Хорошо и погоду примечать: если цветки сжаты и прячутся в листья - жди дождь. Чем не барометр?

Лекарственным сырьём мать-и-мачехи считаются только листья, но в народной медицине используют и цветы. Срывают листья в ясную погоду в полдень, в дни полной луны или в первые 3 дня после полнолуния. Сушат в тени, в один слой, мягкой стороной

Газета "Здоровый образ жизни" находится в красном российском каталоге "Газеты и журналы. Агентство "Роспечать" на странице 65, подписной индекс 33118.

"Здоровый образ жизни" - это газета - целительница, настоенная на слове добром, опыте народном, способствующая приобщению людей к здоровому образу жизни. Это советы и рецепты известных целителей и врачевателей как сберечь здоровье, а если уж оно пошатнулось, - как его поправить.

Подпишитесь - и здоровый образ жизни сам придёт в ваш дом!

Газета "Сканворды и анекдоты" находится в красном российском каталоге "Газеты и журналы. Агентство "Роспечать" на странице 75, подписной индекс 33142.

Газета "Русское колдовство и астрология" находится в красном российском каталоге "Газеты и журналы. Агентство "Роспечать" на странице 74, подписной индекс 33117.

Газета "Русское колдовство и астрология" - это: *тайны исцеления, советы известных астрологов, ясновидящих, колдунов, знахарей. Гадания, мистика, астрология, экстрасенсорика, русские заговоры, уфология, космобиология. Ежемесячные прогнозы для всех знаков Зодиака. Лунный посевной календарь, календарь красоты, бизнес-прогноз, кроссворд. Газета для тех, кто хочет изменить свою судьбу.*

Газета "Кроссворды и анекдоты" находится в красном российском каталоге "Газеты и журналы. Агентство "Роспечать" на странице 67, подписной индекс 33146.

"Кроссворды и анекдоты" - газета для тех, кто любит кроссворды, сканворды, чайнворды, филворды, анаграммы, головоломки и анекдоты.

Газета "Скандинавские кроссворды" находится в красном российском каталоге "Газеты и журналы. Агентство "Роспечать" на странице 75, подписной индекс 33141.

Для [illegible] подписка на газеты "Русское колдовство и астрология", "Скандинавские кроссворды", "Здоровый образ жизни", "Сканворды и анекдоты" на 2-е полугодие [illegible] ставится по местному Приморскому [illegible] рублей.

Уважаемые распространители газет, если вы хотите приобрести газеты, издаваемые Львом Корчагиным:

"Земля кормилица", "Русское колдовство и астрология", "Здоровый образ жизни", "Кроссворды и анекдоты", "Скандинавские кроссворды", "Сканворды и анекдоты"

по минимальной цене, вам следует обращаться по адресу:
г. Владивосток, ул. Комсомольская, 3, каб. 24 (2-й этаж), ООО "Ваш партнёр".

ЧАСЫ РАБОТЫ: понедельник, среда, четверг, пятница, суббота с 8 до 18 часов. Вторник и воскресенье с 8 до 16 часов. Обед с 13 до 14 часов.

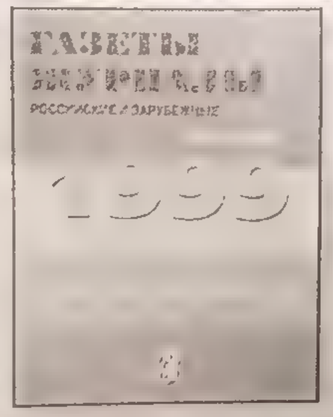
Подписка по России

Продолжается подписка на газету "Земля кормилица" на второе полугодие 1999 года.

Любой житель России может подписаться на нашу газету во всех отделениях связи по месту жительства.

Наше издание находится в красном российском каталоге "Газеты и журналы. Агентство "Роспечать" на странице 65, подписной индекс 33147.

Газета "Земля кормилица" - *для опытного и начинающего садовода - огородника. Практический опыт, полезные советы по огородничеству и садоводству. Методы борьбы с вредителями растений. Лунный посевной календарь.*



ЗДОРОВЬЕ ОТ МАТЬ-И-МАЧЕХИ

Весной на чуть оттаявших пригорках и южных склонах овражков и холмов на коротких толстеньких серых стеблях расцветают золотисто-жёлтые корзинки цветов. Это мать-и-мачеха. Конские копытца напоминают её листья: беловатая, с пушком, кажущаяся тёплой нижняя сторона - "мать", гладкая и холодная верхняя - "мачеха".

Очень популярна в народе мать-и-мачеха. С глубокой древности её почитали как отличное отхаркивающее, противовоспалительное, смягчающее, потогонное, жаропонижающее и желчегонное средство. Ею лечили и лечат болезни горла и полости рта, применяют при ожогах, выпадении волос, из неё делают косметические маски. В почёте она и у пчеловодов - самый первый взяток пчёлы берут у этого солнечного цветка, а весенний мёд самый полезный.

Какие ещё достоинства у этого растения? Чай из него по утрам, как уверяют травники, придаёт бодрость, обогащает кровь, повышает аппетит, выводит шлаки, защищает ткани.

В общем, излечивает от многих хворей эта трава. Но для огородников она - лютая мачеха, особенно на тяжёлых глинистых грунтах, зловредный сорняк с ползучим корневищем, быстро прорастающий и потому трудноустранимый. Но этот сорняк - хороший индикатор неглубокого залегания грунтовых вод, и в сфере его прорастания можно копать колодец.

Цветки мать-и-мачехи очень дисциплинированы, по ним часы можно сверять: открываются в *9-10 часов утра, закрываются в 5-6 вечера.* Хорошо и погоду примечать: если цветки сжаты и прячутся в листьи - жди дождь. Чем не барометр?

Лекарственным сырьём мать-и-мачехи считаются только листья, но в народной медицине используют и цветы. Срывают листья в ясную погоду в полдень, в дни полной луны или в первые 3 дня после полнолуния. Сушат в тени, в один слой, мягкой стороной вверх, осторожно переворачивая время от времени. Можно и на нитку нанизать. Хранят в бумажных пакетах или холщовых мешочках до трёх лет в сухом и тёмном месте. Цветы сушат в печи при температуре 50-60 градусов, а собирают раскрытыми, при солнце.

Вот несколько рецептов целебных отваров. Очищающий чай: свежие листья ошпарить кипятком, пропустить через мясорубку, отжать, развести горячей водой 1:1, прокипятить 2-3 минуты, принимать после еды в течение 10-12 дней при убывающей луне.

Эликсир от кашля: собрать цветы в стеклянную банку послойно с сахаром, тщательно уплотняя, чтоб получился сироп. Сбор вести каждый погожий день. Сироп сливать в другую посуду, процеживая через ситечко или марлю. Хранить в холодильнике. Принимать, размешав 1 ч. ложку эликсира в половине стакана горячей воды. Кстати: все отвары, настои и чаи из мать-и-мачехи должны быть такими горячими, чтоб рука едва терпела стакан. От холодных пользы нет.

Подписка по Приморскому краю

Продолжается подписка на 2-е полугодие 1999 г.

Подписка на газету "Земля кормилица" оформляется во всех отделениях связи Приморского края.

Стоимость подписки на второе полугодие 1999 года (с доставкой):

1 месяц - 3 рубля
3 месяца - 9 рублей
6 месяцев - 18 рублей

Подпишитесь - и газета "Земля кормилица" сама придёт в ваш дом.

Главный редактор и учредитель
Корчагин Лев Сергеевич

Свидетельство о регистрации СМИ № Л 0782.
Адрес редакции для писем: 690088 г.Владивосток - 88 а/я - 88-84

Отпечатано в ГИПК "Дальпресс" г. Владивосток, пр. Красного Знамени, 10.
Выходит 1 раз в месяц.
Цена свободная.

Объём 2 п.л.
Подписано в печать по графику и фактически в 19.00 11 мая 1999 г.
Тираж 31000.

САДОВОДУ И ОГОРОДНИКУ

777

ПОЛЕЗНЫХ ПРАКТИЧЕСКИХ СОВЕТОВ И РЕЦЕПТОВ
/в 3-х выпусках/

ИЗДАНИЕ

АДАПТИРОВАННОЕ

С.-ПЕТЕРБУРГ 1911 г.

К ЧИТАТЕЛЯМ

Цель нашего издания доставить любителям садоводства возможность воспользоваться богатым опытом известных практиков-садоводов и огородников. Иметь под руками всю периодическую литературу, а за несколько десятков лет, если ли доступно рядовому любителю, между тем в журналах и других изданиях за прошлые годы можно найти массу драгоценных советов и рецептов, применение которых на практике, несомненно, принесет значительную пользу.

В это издание попали только действительно практичные и полезные советы и рецепты; мы пользовались и отдельными изданиями, из которых на первом плане известная "Обиходная рецептура" г. Эльпе, "На всякий случай" г. Альмендингена, "Свод русской литературы по технике садоводства", изданный Императорским Российским обществом садоводства под редакцией И.И. Мещерского, "Домашний обиход" Гр. Ф-та и многие другие издания.

Общую редакцию принял на себя редактор журнала "Прогрессивное садоводство и огородничество" П.Н. Штейнберг. В будущем мы намерены по мере накопления материала, выпускать следующие выпуски таких сборников советов и рецептов, так как наш личный многолетний опыт показал, насколько полезны такие выпуски в обиходе хозяина-садовода и огородника.

ВЫПУСК I • АДАПТ

драгоценных советов и рецептов, применение которых на практике, несомненно, принесет значительную пользу.

В это издание попали только действительно практичные и полезные советы и рецепты; мы пользовались и отдельными изданиями, из которых на первом плане известная "Обиходная садоводство и огородничество" П.Н. Штейнберг. В будущем мы намерены по мере накопления материала, выпускать следующие выпуски таких сборников советов и рецептов, так как наш личный многолетний опыт показал, насколько полезны такие выпуски в обиходе хозяина-садовода и огородника.

FORUM XIX-XX-XXI

• СЕМЕНА И ПОСЕВ • ПОЧВА И УДОБРЕНИЯ • ВОДА И ПОЛИВКА РАСТЕНИЙ • ПЛОДОВЫЙ САД • ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ САД

Если вы самостоятельно возделываете несколько соток земли или обрабатываете всей семьей несколько арендованных гектаров пашни, неоценимую помощь вам окажут специальные непериодические издания:

"777 ПОЛЕЗНЫХ ПРАКТИЧЕСКИХ СОВЕТОВ САДОВОДУ И ОГОРОДНИКУ"

"РУССКИЙ ХУТОР"

"ВАШ САД И ОГОРОД"

Впервые в Советском Союзе будет выпущено наиболее полное с 1917 года собрание практических рекомендаций, советов и рецептов, составленное на основе адаптированных материалов, опубликованных в период наивысшего расцвета российского сельского хозяйства.

Каждый сборник будет выходить в трех частях, а затем отдельной книгой.

Вы сможете с помощью этих изданий применить на практике самое ценное из многовекового опыта российского крестьянства, сэкономить ваше время и в короткие сроки добиться больших результатов.

Первая часть сборника — "777 полезных практических советов садоводу и огороднику" в основном будет касаться вопросов садоводства, вторая — огородничества, а в третьей — будет содержаться множество рекомендаций по наилучшему хранению и консервированию овощей и фруктов, борьбе с вредителями и многое, многое другое...

Сборник "Русский хутор" должен вызвать наибольший интерес у тех, кто уже имеет дом или дачу на селе, либо стремится к этому. Первая часть издания расскажет о том как наиболее экономно построить дом и хозяйственные постройки, вторая часть будет посвящена устройству бани, ледника, парников, теплиц и вопросам полеводства. Заключительная часть познакомит вас с выращиванием и содержанием скота и птицы, разведением рыбы и пчел. Здесь же в виде приложения помещена хорошо известная в России книга "Печное ремесло".

Третий сборник — "Ваш сад и огород" является, по сути, хорошим дополнением к книге "777 полезных практических советов садоводу и огороднику", в отличие от которого содержит значительно более подробные сведения не только о саде и огороде, но и о цветоводстве, забытых кулинарных рецептах и многом другом. Скорее всего интерес читателей вызовет и включенная в последнюю часть сборника книга издательства И.Д. Сытина "Сельское огородничество".

Мы предлагаем вам все то лучшее, что было опубликовано в пятидесяти томах серии "Деревенское хозяйство и крестьянская жизнь", "Справочной садовой энциклопедии", журналах "Прогрессивное садоводство и огородничество" и десятках других изданий. Мы придерживались тех же принципов, на которых строились наиболее популярные книги, выходившие в начале века: "все, что представляет собою претензию на ученость, исключено. Здесь лишь говорится о том, что и как делать, сберегая время и труд."

СЕМЕНА И ПОСЕВ

1. Семена собственного сбора и покупные.

Семена собственного сбора дадут безусловно лучшие результаты, чем покупные, если собраны они со знанием дела и с вниманием. Массовое производство семян для продажи никогда не может дать такого ухода за семенными растениями, как в собственном хозяйстве. Как на исключение, следует указать на семена, получение которых сопряжено с устройством каких-либо приспособлений, недоступных для обыкновенного хозяйства; во всех остальных случаях можно горячо рекомендовать выращивать семена у себя, если только местные климатические условия сколько-нибудь делают возможным это занятие. Относительно вырождения растений при постоянном выращивании семян в данном хозяйстве еще можно много спорить. Если растения примирились с климатическими и почвенными условиями и в первые годы выращивания на новом месте не выказали склонности к вырождению,— и в будущем вырождения не будет, если мы будем относиться к делу с полным вниманием. Напротив, некоторые растения (очень немногие), с первого же года выращивания из семян своего сбора, дают значительный процент уклонившихся от типа экземпляров; такие семена придется выписывать, но в то же время тщательным подбором следует попытаться акклиматизировать и их. Свойства растений, воспроизводящихся семенами, изглаживаются только в отдаленных поколениях, да и то вследствие дурного, невнимательного ухода. Мы не имеем средств предупредить вырождение, зависящее от особенностей климата, но это обстоятельно выясняется в первые годы культуры. Вырождение наблюдается в следующих случаях: 1) если растение, свойственное исключительно югу, возделывается на семена на севере и обратно; 2) растения, не выносящие глинистой, известковой и др. почвы, попадают как раз на эти почвы. Если же от семян собственного сбора получаются выдающиеся по качествам растения, и при том типичные, ничто не мешает стараться сохранить их и тщательным подбором семян возможно улучшить.

2. Проверка всхожести семян.

Даже самые свежие семена следует проверять во всхожести, потому что эта последняя может зависеть от многих причин; особенно внимательно проверяются семена после неудачного лета или при машинной очистке, где непременно известный процент подвергается механической порче; Кроме испытанных способов определения всхожести, существует немало примет, по которым судят о годности посевного зерна. Прежде всего обращают внимание на сравнительную величину семян, окраску их и блеск; эти признаки могут служить основанием для оценки семян только в том случае, если хорошо известны условия сбора: в сырое и сухое лето вид семян некоторых растений в значительной степени различен. Особенно сбивчивой может оказаться окраска семян; например, твердо установилось мнение, что темные клеверные семена лучше светлых, между тем как тщательные наблюдения показывают совершенно противное: светлые семена дают и семян, и сена больше. Нельзя согласиться с мнением, что лучшие семена должны тонуть в воде, тогда как остающиеся на поверхности воды семена — невсхожи. Десятки раз я проверял способность прорастания семян указанными способами и положительно убедился, что этот способ никуда не годится: семена, остающиеся на поверхности, отлично всходят и дают вполне удовлетворительные растения, если только они не повреждены насекомыми. Есть еще способ испытания семян посредством воды, быть может, и верный, но применимый только по отношению к очень крупным семенам. Семена высыпаются в воду, и те из них, около которых образуется почти микроскопический воздушный пузырек, признаются всхожими.

3. Способ узнать скоро всхожесть семян.

Для достижения этой цели предложен способ, основывающийся на изменениях с семенами при сжигании. Плохие, невсхожие семена сгорают медленно, при слабом развитии дыма, семена всхожие подпрыгивают, перевертываются и сгорают с треском, который тем сильнее, чем крупнее семена. Мелкие семена кладут поодиночке на горячие уголья, которые поддерживают в раскаленном состоянии раздувательными мехами; более крупные, как семена дуба, каштанов, бросают прямо в огонь и тщательно наблюдают явления при сгорании. С мелкими происходит то, что сказано выше; более крупные подскакивают в огне.

4. Способы определения добротности посевных семян.

К таким способам относится, между прочим, испытание на прорастание: берут из пробы определенное число семян и сеют их в плошках или горшках, поставленных в теплом месте. Затем по числу проросших семян заключают о проценте всхожести их, а стало быть [illegible] о степени добротности испытуемой пробы. Если [illegible] семена очень мелкие, их с той же целью кладут [illegible] между двумя смоченными водою суконками или войлоками и замечают, сколько из них дадут ростки. Заслуживает внимание еще следующий способ, рекомендуемый Дижоном, как вполне пригодный для руководства. Подлежащие определению семена кладутся на раскаленные уголья, еще лучше — на раскаленный железный лист: если семена просто переугливаются, т.е. сгорают спокойно, без вспучивания и треска, значит, они никуда не годятся, вполне лишены способности прорастания; годные для прорастания семена при тех же условиях вздуваются и сгорают с треском, подпрыгивая. Для определения добротности крупных семян (желудей, каштанов и т.п.) их прямо бросают в горящую печку: плохие сгорают без шума, как бумага; хорошие же лопаются, с более или менее сильным треском, как говорится, "стреляют".

5. Подготовка семян к посеву.

Семена многих огородных и древесных пород прорастают гораздо успешнее, если они перед посевом подвергаются соответствующей подготовке. Рано высеваемые и скоро всходящие семена, например, капусты, репы, брюквы, не требуют перед посевом никакой предварительной обработки. Напротив, у медленно прорастающих семян — моркови, лука, петрушки, сельдерея и прочих, если их перед посевом намачивают, можно ускорить всход на несколько дней, что во многих случаях представляет, конечно, немаловажную выгоду. Для намачивания семян употребляется чистая дождевая или снеговая вода, а за неимением таковой — мягкая прудовая или речная. Существуют наблюдения, свидетельствующие, что снег при таянии действует особенно хорошо на твердые семена и поэтому с успехом применяется как к мочению, так и покрытию посеянных в горшках семян вместо поливки. Количество воды, употребляемой для мочения, должно в несколько раз превосходить объем семян. Если, при более или менее продолжительном мочении семян вода окрашивается в бурый цвет, ее следует заменять свежею. Намачивание производится при температуре, соответствующей прорастанию семян. Что же касается продолжительности намачивания, то это определяется степенью твердости семян; узнать, когда они вполне намочены, не трудно [illegible] наружному виду: их объем значительно увеличивает[illegible] зерно размягчается, что для крупных мучных [illegible] как, например, гороха, наступает через полсут[illegible] крестоцветных обыкновенно не требуют б[illegible] ток, луковые — от 2 до 3 суток, а розо[illegible] ок; [illegible] ляника, малина и ежевика,— от 3 до [illegible] более одних с[illegible] некоторых растений, как, например [illegible] цветные, как зе[illegible] обще полутропических растений [illegible] 5 суток. Но семена [illegible] гнивают и лучше их совсем н[illegible] турецкие бобы, и во[illegible] от мочения легко за[illegible] смачивать.

6. Способы сохранения [illegible] семян.

Одни и те же семена [illegible] сберегаемые в прохладных, су[illegible] ких помещениях или в жар[illegible] ких комнатах, особенно вблизи печей, дают уже разли[illegible] чный процент всхожести: чересчур сухой, жаркий возду[illegible] бывает первой причиной того, что и хорошие семена д[illegible] плохие всходы. Лучший способ хранения семян — сухое, хорошо вентилируемое помещение с температурой +10 — 12°С; семена рассыпают или в мешки и вешают по стенам или в картонные коробки, если сберегаются небольшие количества. Время от времени производится встряхивание семян, чтобы заставить их перемешаться; вместе с тем освежается и воздух в мешках и коробках. Мне приходилось видеть, что семена сохраняют на морозе, в холодных помещениях. Действительно, мороз не вредит семенам так, как нежным растениям, т.е. не убивает их быстро, но несомненно, что при таком способе сохранения способность прорастания уменьшается: мороз сушит семена, лишает их необходимого количества влаги.

ПОЧВА И УДОБРЕНИЕ

о годности посевного зерна. Прежде всего обращают внимание на сравнительную величину семян, окраску их и блеск; эти признаки могут служить основанием для оценки семян только в том случае, если хорошо известны условия сбора: в сырое и сухое лето вид семян некоторых растений в значительной степени различен. Особенно сбивчивой может оказаться окраска семян; например, твердо установилось мнение, что темные клеверные семе-

Для определения добротности крупных семян (желудей, каштанов и т.п.) их прямо бросают в горящую печку: плохие сгорают без шума, как бумага; хорошие же лопаются, с более или менее сильным треском, как говорится, "стреляют".

5. Подготовка семян к посеву.

семена сохраняют на морозе, в холодных помещениях. Действительно, мороз не вредит семенам так, как нежным растениям, т.е. не убивает их быстро, но несомненно, что при таком способе сохранения способность прорастания уменьшается: мороз сушит семена, лишает их необходимого количества влаги.

ПОЧВА И УДОБРЕНИЕ

7. Как улучшить тяжелую глинистую почву?

Для улучшения глинистой почвы настолько тяжелой, что она затрудняет перекопку, прилипая к лопате, рекомендуют дробленый кирпич. Мелко раздробленный кирпич просеивается через крупное решето, разбрасывается по земле слоем в 10-15 см и затем вместе с удобрением заделывается в почву. Повторяя эту операцию несколько лет подряд, можно улучшить почву до неузнаваемости, причем результаты получаются тем лучше, чем глубже производится перекопка. Кирпич дробленый или в порошкообразной массе можно, конечно, легко раздобыть, где по близости имеются кирпичные заводы. За неимением же кирпича можно заменить его пережиганием различных сорных трав и землистых веществ: для этого раскладывают из хвороста костер, зажигают его и потом набрасывают на него сорные травы с корнями и приставшей к ним землею, всякий растительный отброс: порченую солому, дерн и проч., причем все время поддерживают огонь на столько, чтобы он тлел внутри костра. Когда получится, таким образом, достаточное количество зольных веществ с пережженной землею, ее употребляют вместо толченого кирпича. Еще лучшие можно получить результаты, если имеется под руками для пережигания торф. Применяется так же, как и дробленый кирпич.

8. Польза мотыжения почвы.

Нельзя смешивать мотыжение с перекопкой почвы; Перекапывать можно только в то время, когда почва не занята растениями, мотыжить же — в течение всего времени, пока посеянные или посаженные растения еще не сплошь заняли гряды. Перекапывание — это взрыхление почвы на сравнительно большую глубину (от 20 до 30 см); мотыжение — взрыхление почвы на 5-8 см, а иногда даже и меньше. Мотыжение чрезвычайно полезно для успешного развития растений: оно облегчает доступ воздуха к корням, без чего правильный рост надземных частей растения совершенно невозможен. Особенно на глинистых почвах после сильных дождей на поверхности почвы образуется корка, и доступ воздуха к корням совершенно прекращается; конечно, если эту корку не разбить мотыжением, рост растений значительно приостановится.

9. Достоинство лиственной земли

При уходе за комнатными растениями часто недостаточно оценивается любителями. Лучшей считается земля из буковых и дубовых лесов; хороша также земля из смешанных насаждений. Взятая из леса лиственная земля (покров) должна быть надлежащим образом подготовлена. С этой целью ее складывают в кучи, которые в сухую погоду поддерживают во влажном состоянии, а зимой перелопачивают по крайней мере один раз. По истечении 1,5 — 2 лет земля из куч может употребляться уже в дело, а для растений, любящих грубые смеси, ее можно брать даже по прошествии одного года. Чистую лиственную землю весьма полезно подмешивать при культуре азалий, камелий, вересков, папоротников и прочих растений. Смесь лиственной и компостной земли очень рекомендуется для многих травянистых растений. При культуре деревянистых растений к этой смеси необходимо прибавить выветрившегося суглинка. Обильная примесь лиственной земли в некоторых случаях дает возможность обходиться без прибавки песка, который тоже не всегда легко достать.

10. Земля для посева комнатных растений.

Наилучшей землей для посева нежных комнатных растений должна считаться легкая, а никак не тяжелая земля. Последняя менее проницаема для тепла, поглощает много воды, представляя вместе с тем значительное препятствие нежному зародышу для выхода на поверхность. Самыми лучшими землями оказываются лиственная, вересковая и хвойная. Употребляются эти земли тщательно просеянными, с прибавкой одной четверти или одной трети хорошего песку. Необходимо обращать внимание на то, чтобы в просеянную землю не попадали гниющие частицы. Хорошей также землей оказывается торфяная, вследствие своей порозности, рыхлости и некоторой волокнистости, представляющей отличную основу для прочного укрепления корней проросших растений, которые нередко при неосторожной поливке легко вымываются водою на рыхлых землях. При наполнении горшков землею, последняя несколько уплотняется и не досыпается на 2,5—4 см от краев горшка. Труднопрорастающие семена лучше всего предварительно вымачивать в теплой воде в течение 3—5 суток. Затем как общее правило следует считать слишком густую посадку вредной; в особенности она всего менее допустима по отношению к мелким семенам. Заделываться семена не должны глубоко, но нельзя и заделывать слишком поверхностно: в первом случае проросший зародыш легко может подвергнуться в земле порче, а во втором — обнаженные корни, под влиянием света и открытого воздуха, перестают надлежаще функционировать. Чем крупнее семена, тем глубже они заделываются, и, наоборот — всего лучше, чтобы толщина слоя поверх семян соответствовала размерам самого семени. Затем чем рыхлее земля, тем более следует уплотнять поверхностный слой. Только очень мелкие семена, посев которых лучше всего производить, осторожно смешав предварительно с тщательно растертой землей, не покрываются землею.

11. Солончаковые почвы в садах.

Известно, что наибольший % соли содержится в слоях подпочвенных. В слоях же верхних % соли если и есть, что в большинстве случаев очень незначительный, позволяющий культивировать многие растения, которые не пускают далеко вглубь корни. Но при неумелом обращении с почвами, имеющими солонцеватую подпочву, их можно довести до степени чистых солончаков, на которых и расти ничего уже не будет. Дело в том, что соль, как известно, легко растворима в воде. Когда мы производим полив, или когда идет дождь, или тает снег, вода, просачиваясь из верхних слоев почвы в нижние, увлекает с собой находящуюся в почве соль в более низкие слои земли или, как говорят ученые, соль "выщелачивается". С наступлением же засухи, вода из нижних слоев почвы по капиллярным сосудам поднимается в верхние, откуда уже, под влиянием большего тепла, испаряется в воздух. Понимаясь из нижних слоев, она поднимает и растворенную в ней соль. Испаряться же соль в воздух, как вода, не может, а обратно уйти вниз без воды ей тоже нельзя, и вот чем длиннее период засухи, и чем больше в подпочвенной воде соли, тем ее все больше и больше накопляется в верхнем когда-то плодородном слое. Таким образом, происходит "засолонение" почвы. Для того чтобы этого не случалось, необходимо не допускать обратного подъема воды на таких местах. Достигается это притенением почвы живым или мертвым покровом. При культурах крупных, как, например садовых насаждениях, с успехом можно применять крупный, даже неразложившийся навоз или посев кормовых трав; при культурах же мелких — мелкий перегной. Лучше лишний раз или два участок в засуху полить и, чтобы избежать пагубного влияния скопления подпочвенных вод, в низких местах участка поделать сточные канавы, что хотя и сопряжено с излишними затратами, но дает возможность коренным образом изменить даже плодородие участка, а не только избежать его "засолонения".

12. Польза дренажа.

1) Дренаж отводит вредную для растений воду, понижает уровень грунтовых вод. 2) Дренаж поднимает плодородие почвы. 3) Дренированная почва доступнее для

весенних работ. 4) Дренаж увеличивает вегетативный период. 5) Дренированная почва легче для обработки — дешевле. 6) Дренированные почвы лучше реагируют на минеральные удобрения.

13. Как следует просеивать землю.

При устройстве клумб просеивать землю не следует: когда просеянная земля впоследствии осядет, то настолько уплотняется, что доступ воздуха к корням растений слишком затрудняется, и растения замедляют свое развитие или же совершенно останавливаются в росте. Однако иногда необходимо просеять землю, содержащую слишком много камней, щебня, щепок и т. п. Устраивается деревянная рама около 1,7 м вышины и 1 м ширины; низ этой рамы заколачивается досками на высоту 0,7 м, остальное же пространство рамы затягивается проволочной сеткой, клетки которой должны иметь не менее 0,5 — 2,5 см в квадрате. Более мелкая сетка непригодна для просеивания земли. Сетка эта устанавливается под углом 50° и закрепляется неподвижно. Вплотную к сетке, с наружной ее стороны, приставляется тачка; бока тачки скашиваются таким образом, чтобы она могла быть придвинута вплотную к заколоченной досками части рамы. Лопатой подбрасывается просеиваемая земля на сетку, причем более мелкие части сыпаются сквозь сетку, а камни, щепки, коренья и т.п. остаются на наружной стороне сетки и попадают в тачку. Таким образом, отсевки не приходится вторично наваливать в тачку: они сразу попадают в нее и могут быть немедленно увозимы.

14. Устройство дренажа в цветочных горшках.

Высевки земли, за исключением крупных камней и щепок, не следует выбрасывать: из них устраивается отличный дренаж в цветочных горшках, для посадки растений. Обыкновенно нижние слои земли в горшке под влиянием постоянной поливки быстро уплотняются, почти не пропускают воды, и растения страдают от непросыхания кома. Совершенно иное получается при рациональном устройстве дренажа: водосточное отверстие несколько расширяется и закладывается черепком; на черепок насыпается слой высевок, толщина которого зависит от диаметра горшка, т.е. чем крупнее горшок, тем толще слой высевков. На эти высевки уже насыпается земля, и сажается растение. Вода, при поливке, пропитав верхние слои, стремится вниз и, конечно, быстро стекает через слой высевков. С течением времени, частицы земли уносятся вместе с водой и заполняют промежутки между высевками, и вода несколько задерживается, но это случается не ранее того времени, как явится необходимость в новой пересадке, и, следовательно, дело снова может быть поправлено тем же способом.

15. Устройство и содержание навозохранилищ.

Навозохранилище должно быть устроено поблизости скотного двора на удобном для проезда месте. Лучше, если место это затемнено деревьями или строениями, а не находится на солнце. Величина его должна быть рассчитана в зависимости от количества скота. Считается достаточным полагать на каждую голову крупного скота (весом 400 — 480 кг) от 3 до 4 квадр.метров. Земля под навозохранилище должна быть вынута, смотря по его площади, на глубину 45 — 72 см, а все занимаемое им место окружено небольшим валом. Форму навозохранилищу лучше придавать в виде прямоугольника с закругленными углами. Под навозохранилищем должен находиться непроницаемый слой, если же такого нет, то его необходимо создать из непроницаемой глины, наложив ее толщиною от 10 до 20 см. Хорошо делать бетонный пол, но дорого. Покатость по-

как это, к сожалению, очень часто делается при посадке деревьев, тогда кислород не имеет достаточного доступа, и потому удобрение не может должным образом разлагаться и не производит на дерево надлежащего воздействия. Практика, со своей стороны, уже часто доказала нам, что слишком глубоко внесенное удобрение, по прошествии нескольких лет, находили в почве в том же самом виде, как при внесении такового в почву, и, следовательно, от него не получилось ровно никакой пользы.

19. Способы сохранения навоза.

Хорошего качества получается навоз там, где он сохраняется в стойлах под скотом, ежедневно притаптывается, покрывается новым слоем соломы. При ежедневной вывозке навоза он складывается в большие навозохранилища, где он должен перекладываться для лучшего сохранения торфом или землею. Полезно также в случаях ежедневной вывозки навоза прибавлять к подстилке или класть в желоба конюшен на каждую голову скота около 4 фунт. торфа, чем, с одной стороны достигается очищение воздуха, с другой стороны, сохраняется навозная жижа, содержащая в себе главные питательные вещества для растений. При покрытии навоза и прослаивании его землею и торфом сохраняется в навозе почти весь азот. Навоз при таком сохранении обыкновенно сильно и быстро действует. Переслойка навоза землей делается через каждые 60 — 90 см, причем накладывается слой земли в 7 — 10 см.; чем богаче перегноем земля, тем лучше. На эту землю вновь накладывается слой навоза с 60 — 90 см, снова покрывается таким же образом землей. Навоз при этом всегда утаптывается. Дно навозохранилища обыкновенно выкладывается соломой слоем 60 см толщиной. Солома должна быть притоптана. Само навозохранилище выбирается обыкновенно на высоком месте, чтобы побочные воды не имели бы притока на него; вытекающая же из навозохранилища вода — жижа должна собираться в особых резервуарах, и этой же жижей необходимо сверху поливать навоз. Навозные кучи не следует делать выше 2,5 метра, ибо нижние слои навоза слишком уплотняются и нагреваются.

20. Летняя вывозка и заделка навоза.

При летней вывозке навоза, последний складывается всегда в небольшие кучи, возможно скоро разбивается и запахивается. Разбивка поля на клетки для вывозки равномерного количества навоза на десятину — мера весьма полезная, тем более что работа по проведению клеток стоит недорого. Заделка навоза должна быть тем мельче, чем тяжелее почва. Разложение навоза ускоряется, если на пятый или шестой день после запашки он снова выпахивается на поверхность и хорошо перемешивается с почвой при помощи бороны. Если навоз первоначально был запахан на 10 см и последующая посевная вспашка произведена на 15 см, то после нее навоз лежит в 5 см от поверхности, в самом благоприятном для последующего растения положении. Только на самых легких почвах возможно допустить глубокую запашку навоза в один раз с тем, чтобы больше его уже не тревожить. В большинстве случаев выгодно также после запашки навоза прикатать почву тяжелым катком, так как при этом навоз придавливается к земле, что обусловливает равномерное его разложение и вызывает быстрое прорастание сорных трав, которые необходимо уничтожать бороньбой. При соломистом и крупном навозе заделка его непосредственно плугами бывает обыкновенно затруднительна, очень много навоза остается на поверхности поля, поэтому полезно бывает перед плугом граблями отбирать с непаханой стороны навоз и сваливать его в пустую борозду. Плуг,

земляных смесей для разных растений, или же на дренаж в горшки. С последней целью для крупных растений могут употребляться даже куски торфа, величиною с куриное яйцо. В земляные смеси торф особенно полезно подмешивать для папоротников. Торф имеет драгоценное свойство — сразу поглощать в себя много воды, но при первой же надобности снова отдавать ее назад. Благодаря этому свойству торф почти совершенно не способствует процессам гниения. По моему убеждению, для целей размножения растений торф следует предпочитать всем другим материалам в садоводстве да и, вообще говоря, ему давно уже следует приписать роль универсального средства, пригодного еще и для многих других целей.

23. Значение зеленого удобрения для огорода.

Обычным материалом для удобрения огорода служит навоз, между тем опыты доказывают, что и зеленое удобрение является превосходным средством удобрить почву и привести ее в лучшее культурное состояние. Зерновые растения (рожь, пшеница и др.), крестоцветные (капуста всех видов, горчица и др.) извлекают азот из содержащихся в почве азотно-кислых солей; другими словами, их урожаи зависят от внесенных удобрений, содержащих азот в той или другой форме. Мотыльковые же растения обладают способностью усваивать азот воздуха, вследствие чего эти растения обогащают почву азотом, и отлично развиваются сами даже на таких почвах, где для нормального развития других каких-либо растений требовалось бы внесение значительных количеств удобрительных веществ. Кроме того, как доказали опыты, культура растений на зеленое удобрение способствует образованию росы, т.е. увлажнению почвы, согреванию и разрыхлению ее, увеличению запаса азота, ускорению процесса разложения в почве минеральных веществ и увеличению гумуса. Вообще, культура растений на зеленое удобрение придает спелость почве, что является важным фактором в смысле поднятия урожайности. По сравнению с навозом зеленая масса имеет даже некоторые преимущества: она разлагается быстрее, чем солома навоза, дает превосходный гумус, а заключенный в ней азот имеет более высокие удобрительные качества, чем азот навоза. Азотистые соединения зеленого удобрения легко растворимы, чем и объясняется сильнейшее действие запаханной зеленой массы. На огородах, особенно северных, трудно вполне воспользоваться зеленым удобрением: для этого пришлось бы данный участок оставить на лето свободным от огородных культур и засеять люпинами или какими-либо другими растениями, применяемыми на зеленое удобрение. Осенью зеленая масса была бы запахана, а огородные растения на этом участке можно было бы высеять только на следующий год. Поэтому приходится сеять люпины на ближайшем к огороду участке, скашивать и свозить на удобряемый участок, где уже и запахивать. В этом случае люпины приносят только частичную почву: часть стеблей — как бы низко растения ни скашивались — остается на месте посева, а самое главное — там же остаются и корни, которые разрыхляют более глубокие слои почвы и делают их доступными для растений.

24. Жидкое удобрение.

Жидкое удобрение имеет главное преимущество в быстроте действия; им можно быстро усилить питание растения в момент его наисильнейшей жизнедеятельности. Н развитие уже имеющихся на плодовых деревьях плодо на более долгое плодородие огурцов жидкое удобрени оказывает ясное действие. Неудачи с ним зачастую происходят от неумения его приготовлять. Для заготовки этого удобрения нужно вкопать в землю где-либо в ма

явится необходимость в новой пересадке, и, следовательно, дело снова может быть поправлено тем же способом.

15. Устройство и содержание навозохранилищ.

Навозохранилище должно быть устроено поблизости скотного двора на удобном для проезда месте. Лучше, если место это затемнено деревьями или строениями, а не находится на солнце. Величина его должна быть рассчитана в зависимости от количества скота. Считается достаточным полагать на каждую голову крупного скота (весом 400 — 480 кг) от 3 до 4 квадр.метров. Земля под навозохранилище должна быть вынута, смотря по его площади, на глубину 45 — 72 см, а все занимаемое им место окружено небольшим валом. Форму навозохранилищу лучше придавать в виде прямоугольника с закругленными углами. Под навозохранилищем должен находиться непроницаемый слой, если же такого нет, то его необходимо создать из непроницаемой глины, наложив ее толщиною от 10 до 20 см. Хорошо делать бетонный пол, но дорого. Покатость пола должна быть по возможности меньше и самое большее — это 1.5 кв. см. на метр. Вокруг необходимо устраивать ровик или желоб (лучше из камня), для того чтобы в него не затекала вода. Над навозохранилищем устраивается помост с въездом и выездом. Около навозохранилища устраивается также колодец для навозной жижи, вместимость которого определяют, полагая по 6 куб.метр. на каждые 10 шт. крупного скота. Под колодца должен находиться ниже пола гноища не более как на 1,5 метра. Стенки и под колодца должны быть непроницаемы. Колодец покрывается сверху весьма тщательно досками и снабжается насосом для выкачивания жидкости.

16. Обсадка навозохранилищ деревьями.

Нельзя оставлять навозохранилища под палящими лучами солнца, потому что навоз слишком быстро подвергается разложению, сгорает и теряет много ценных частей. Во избежание этого рекомендуется обсаживать навозохранилища деревьями, дающими много тени. Для этой цели особенно пригодны серебристый тополь и обыкновенный черный или тополь и осокорь как деревья, легко переносящие близость навоза, широко раскидывающие свои ветки, рано покрывающиеся листвой и быстро растущие. Серебристый тополь распускается, впрочем, не очень рано, но зато близость разлагающегося навоза на него совершенно не влияет. Если навозохранилище выложено кирпичом или имеет цементированные стенки, то деревья надо сажать, отступя от стенок примерно на 70 см. Обсадка, кроме того, должна производиться таким образом, чтобы не препятствовать свободному проезду на гноище.

17. Как выгоднее удобрять навозом.

Время вывозки навоза и его заделки имеет большое значение. Урожай ржи прямо зависит от того, когда вывозится навоз в поле, и когда он заделывается. Вывезенный навоз зимою и оставленный лежать в поле в возовых кучах вплоть до летней запашки оказался менее всего способным поднимать урожай ржи. Прирост ржи в этом случае оказался небольшим, без удобрения участка. Вывезенный навоз позднее, весною, и оставленный лежать в возовых кучах в течение 1,5 месяца до запашки дает уже большую прибавку урожая. Но поразительная прибавка урожая получается при немедленном запахивании навоза.

18. Как заделывать удобрение.

Величайшую ошибку делают те, кто вносит удобрительные материалы слишком глубоко в почву. Чем поверхностнее внесено удобрение, тем лучше, тем быстрее и вернее действие такового. Самое лучшее — вкапывать удобрение на глубину одной лопаты. Если же удобрение вносится в почву на глубину от 40 до 50 см или больше, ит недорого. Заделка навоза должна быть тем мельче, чем тяжелее почва. Разложение навоза ускоряется, если на пятый или шестой день после запашки он снова выпахивается на поверхность и хорошо перемешивается с почвой при помощи бороны. Если навоз первоначально был запахан на 10 см и последующая посевная вспашка произведена на 15 см, то после нее навоз лежит в 5 см от поверхности, в самом благоприятном для последующего растения положении. Только на самых легких почвах возможно допустить глубокую запашку навоза в один раз с тем, чтобы больше его уже не тревожить. В большинстве случаев выгодно также после запашки навоза прикатать почву тяжелым катком, так как при этом навоз придавливается к земле, что обусловливает равномерное его разложение и вызывает быстрое прорастание сорных трав, которые необходимо уничтожать бороньбой. При соломистом и крупном навозе заделка его непосредственно плугами бывает обыкновенно затруднительна, очень много навоза остается на поверхности поля, поэтому полезно бывает перед плугом граблями отбирать с непаханой стороны понемногу навоз и сваливать его в пустую борозду. Плуг, делая смежную борозду, закрывает поднятою землею навоз, сложенный в борозду.

21. Поверхностное удобрение.

При культуре капусты, земляники и других растений без такого удобрения трудно получить выдающиеся результаты в засушливых местностях. Лучше всего для этой цели употреблять перегной из парников или совершенно разложившийся навоз, потому что в свежем навозе бывает масса семян сорных трав, и легко заводятся насекомые. Под прикрытием перегноя сохраняется влага в грядах, кроме того, дожди и вода при поливке вымывают из перегноя все питательные соки в почву, таким образом, одним приемом достигается и удобрение гряд, и увлажнение их. Класть перегной следует слоем около 5 см толщины, причем самые растения не должны касаться навоза, иначе могут загнить; особенно при удобрении земляники следует смотреть, чтобы навоз не попал в сердцевину куста. Вместо перегноя нередко применяются и другие вещества, как, например, рубленая солома, мякина, мох, опилки и т.п. При закапывании в почву и солома, и другие перечисленные здесь материалы точно так же могут служить удобрением, но перегнивают они слишком медленно и сравнительно с перегноем слишком бедны питательными веществами. На почвах известковых и песчаных, отличающихся слишком светлым цветом, покрытие гряд перегноем необходимо для изменения цвета их, с тем чтобы нагревание почвы происходило более равномерно. На глинистых плотных и на легких песчаных почвах с полным успехом можно пользоваться для поверхностного удобрения измельченным торфом. Осенью отслуживший и вполне выветрившийся торф при мотыжении закапывается в почву и в первом случае рыхлит плотную, тяжелую почву, а во втором — делает более связной легкую песчаную;

22. Торф в садоводстве.

Я брал черенки клубневых бегоний, затем брал петунии, фикусы и др. растения и сажал их в песок, в землю и в торф, а затем убирал в теплое место. При этом я заметил, что наилучшей средой для черенков из всех этих материалов оказался торф, потому что в земле все черенки сгнили, в песке, напр., клубневые бегонии даже по прошествии трех недель не образовали никакого наплыва. В торфе же, наоборот, все черенки прекрасно укоренились, а фикус развил такие могущественные корни, что вначале я даже думал, не принадлежат ли они какому-либо другому растению. Торфяной мусор для посадки черенков следует просеивать предварительно через сито с отверстиями в 8 мм. Остатки, получающиеся при этом, могут идти в состав растениями, применяемыми на зеленое удобрение. Осенью зеленая масса была бы запахана, а огородные растения на этом участке можно было бы высеять только на следующий год. Поэтому приходится сеять люпины на ближайшем к огороду участке, скашивать и свозить на удобряемый участок, где уже и запахивать. В этом случае люпины приносят только частичную почву: часть стеблей — как бы низко растения ни скашивались — остается на месте посева, а самое главное — там же остаются и корни, которые разрыхляют более глубокие слои почвы и делают их доступными для растений.

24. Жидкое удобрение.

Жидкое удобрение имеет главное преимущество в быстроте действия; им можно быстро усилить питание растения в момент его наисильнейшей жизнедеятельности. Н развитие уже имеющихся на плодовых деревьях плодов на более долгое плодородие огурцов жидкое удобрени оказывает ясное действие. Неудачи с ним зачастую происходят от неумения его приготовлять. Для заготовки этого удобрения нужно вкопать в землю где-либо в мало посещаемом людьми месте старую бочку. До половины ее вместимости наложить, по возможности без соломы, чистого коровьего и человеческого помету, всыпать свежей золы, хоть меру, сажи, сколько найдется, и влить ведра3-4 ведра кухонных помоев. Остальное доверху дополнить водой. В первые 10 дней нужно ежедневно все в бочке хорошо размешивать. Потом дня 3-4 дать отстояться, и удобрение готово к употреблению.

25. Поливка жидким удобрением.

Для поливки берут отстоявшуюся жидкость без гущи лейками или ведрами, разбавляют пополам чистой водой и поливают растения. Неразбавленной жидкостью поливать опасно, так как могуть заболеть корни; вообще лучше в случае надобности повторить удобрение, чем сразу дать в концентрированном виде. Сильно поливать в один прием также бесполезно, потому что в этом случае, жидкость уйдет ниже расположения корней и останется неиспользованной. Поливать жидким удобрением можно все без исключения растения как в саду, огороде, так и в цветниках. Больше одного раза в неделю поливать не нужно. Перед поливкой необходимо возле кустов сделать лунки (чашки), чтобы удобрение не разливалось по ненужным местам. Почва поливаемых удобрением растений не должна быть пересохшей, а слегка влажноватой. При чрезмерной сухости необходимо раньше поливать чистой водой, а потом уже удобрением. Это важно потому, что корни, сильно нуждающиеся во влаге, сразу жадно начнут всасывать удобрение и могут заболеть. Самое благоприятное время для поливки удобрением — вечерняя пора. Можно примерно начинать с 5 ч. вечера. При поливке удобрением фрукторых деревьев, нужно колом наделать дыр под деревом, не очень близко к стволу, и вливать туда жидкость. Под большим деревом, у которого крона в одну сторону занимает около 2 м, от ствола следует отступить на 1 метр. Когда жидкость впитается почвой, дыры следует засыпать. Поливать удобрением фрукторые деревья можно лишь до половины июня.

26. Удобрение голубиным пометом.

Голубиный помет по своему составу может быть причислен к полным удобрениям, им можно удобрять почву под все растения, как полевые, так и садовые и огородные. Для удобрения плодовых деревьев берется от 10 до 40 фунтов голубиного помета на дерево, в зависимости от возраста последнего. Помет рассыпается кругом дерева осенью или рано весною и закапывается в землю на 1 лопату. Под крупные огородные растения (напр. капусту, спаржу и др.) голубиный помет лучше всего употреблять

в виде местного удобрения, по горсти на каждое растение, засыпая его землею на 1 вершок. Старая земляничная и клубничная плантации удобряются голубиным пометом весною, перед началом роста, а свежепосаженные плантации следует удобрять только тогда, когда растения уже укоренятся и тронутся в рост. На 20-метровую гряду берется около 20 фунтов помета. Гораздо быстрее действует удобрительная поливка из голубиного помета, ею можно поливать в умеренном количестве все огородные растения, а также землянику. Для приготовления удобрительной поливки из голубиного помета последний насыпается в кадку и разбавляется не менее, чем 10 объемами воды. Растворение и брожение помета идет довольно медленно, 2-3 недели. Следует ежедневно перемешивать помет в воде и употреблять в дело только перебродившую смесь.

27. Удобрение кровью.

Кровь скотобоен содержит воды 80%, органического азота 3%, фосфорной кислоты 0,04%, калия 0,06%. Содержа довольно большой процент удобоусвояемого азота, кровь является весьма ценным удобрением. Ее употребляют в дело или в жидком состоянии или в сухом, в виде кровяной муки. В жидком состоянии кровью или прямо поливают землю, или же сначала разбавляют ее водой. В обоих случаях немедленная запашка ее в землю, вслед за поливкою, обязательна. В садовом деле кровь чаще смешивают с торфом или с сухою землею и вносят в почву в виде порошка. Кровью, кроме того, поливают компостные кучи, чем сильно увеличивается питательность компоста. Для приготовления удобрительной поливки из крови кровь разбавляют двумя объемами воды (на 1 ведро крови 2 ведра воды). Через две недели жидкость при ежедневном перемешивании хорошо перебродит и будет вполне пригодною для поливки растений. Для удобрения огорода кровь можно употреблять в свежем виде и неразбавленном виде, разливая ее равномерно по всей поверхности огорода весною, непосредственно перед весеннею вспашкою огорода, в количестве 15 — 20 бочек на десятину. Плодовые деревья и ягодные кустарники можно также поливать свежей, неразбавленной кровью. При посадке деревьев можно употреблять кровь только в виде компоста, прибавляя последний к почве, предназначенной для заполнения ям. Перед посадкою же деревьев, недели

ВОДА И ПОЛИВКА РАСТЕНИЙ

28. *Вода для поливки растений.*

Во всех тех случаях, когда для поливки садовых растений пользуются водой из стоячих водоемов, следует предпочитать вечернюю поливку; при этом имеется в виду, что в водоеме произрастают водяные растения. Такое предпочтение вечерней поливки вытекает из следующего соображения. Корни культурных растений поглощают значительные количества кислорода, но в более глубоких слоях почвы кислорода очень мало, особенно, если он не вводится с дождевой водой или с водой для поливки. Вот почему весьма важно, чтобы вода, употребляемая для поливки, содержала возможно большее количество кислорода. Так как растения разлагают углекислоту лишь на свету, при чем выделяющийся кислород поглощается водой, то понятно, что наибольшее содержание кислорода в воде наблюдается к вечеру; наоборот, за ночь значительная часть кислорода поглощается благодаря процессу дыхания.

29. Правила поливки.

Два основных правила поливки: 1) лучше всего пользоваться водой из стоячих водоемов, содержащих достаточное количество водяных растений, и 2) необходимо пользоваться такой водой вечером, когда содержание кислорода наибольшее. Так как разложение углекислоты наиболее интенсивно в ясные дни, то 3) поливку рекомендуется производить именно вечером после таких ясных дней. Интересно отметить, что на основании опытов выяснилось, что количество кислорода в стоячих водоемах, содержащих достаточное количество водяных растений, гораздо выше, чем можно получить путем взбалтывания колодезной или дождевой воды (для получения кислорода из воздуха).

30. Наилучшая вода для поливки растений.

При поливке растений качества воды играют немаловажную роль. Там, где можно пользоваться дождевой или прудовой водою, ее следует предпочитать всякой другой воде. Недурна также речная вода, но только под условием, если она не загрязняется разного рода фабричными отбросами. Что же касается колодезной воды, то пользоваться ею необходимо всегда с большой осторожностью: такая вода содержит в себе известь и другие минералы, употребление теплой водой зимою легко изнеживает корни растений, и они становятся не в меру чувствительными ко всякаго рода простудным заболеваниям. Поэтому всего лучше держаться той самой температуры, какую имеют помещения: этой температурою отличаются ведь и почва, и корни растений, а потому при поливке водою такой температуры всегда можно избежать вредных для растений колебаний.

31. Можно ли поливать при солнце?

Обыкновенно говорят, что нельзя. Мой опыт совершенно не дал указаний, которые подтвердили бы указанное выше правило: в течение многих лет я поливал и цветники, и огороды при солнце, и вреда, при всем желании, не замечал. При палящем солнце, в полдень, конечно, я не поливал, но совсем по другим причинам: воздух в это время настолько сух, что значительная часть воды быстро испаряется. Следовательно, поливка в это время отчасти не достигает своей цели, вследствие непроизводительной, чрезмерной потери воды и рабочей силы. Как только палящий зной прекратится, т.е. с 3-4 часов, можно смело приступить к поливке, не боясь обжечь растения. Повторяю, что в течение долголетнего опыта мне не приходилось наблюдать каких-либо вредных последствий от влияния солнца.

32. Рациональный способ поливки.

Для того чтобы поливка вполне достигала своей цели, гряды должны быть сделаны слегка вогнутыми, т.е. средина гряд должна делаться несколько ниже краев; вполне достаточно, если края будут выше средины на вершок. При этом условии вода не будет стекать с гряд. Приступают к поливке с лейками, у которых надеты ситки, и быстро смачивают самый верхний слой гряд; этот прием необходим для того, чтобы при дальнейшей поливке вода легче впитывалась в глубь гряды. Читатели, наверно, обращали внимание, что в цветочных горшках, если верхний слой чрезмерно пересущен, вода при поливке долго стоит, совершенно не впитываясь; стоит только смочить верхний слой, как затем, сколько бы мы воды ни вылили, она будет быстро впитываться. То же самое происходит и с грядами: с сухой поверхности вода сбегает, не впитываясь, а смоченные гряды можно поливать уже без ситки, [illegible] сильной струей. Еще надежнее перед поли- этом раз-два в неделю клумбы промачиваются в полную глубину, т.е. не менее 15 см, а в остальные дни можно ограничиваться только поверхностным опрыскиванием. Растения с крупными цветками лучше не опрыскиват[illegible] так как вода, попавшая на лепестки, портит их, вызыв[illegible] скорейшее отцветание; следовательно, такие растения [illegible] дежнее поливать прямо из носка лейки, не трогая цв[illegible] и тем сберегая их.

34. К вопросу о поливке и о лучшем использовании дождей.

В южных губениях в особенно знойные дн[illegible] среди дня растения блекнут, листья опускаются [illegible] то от недостатка влаги, хотя накануне была пр[illegible] обильная поливка. Первым движением, при виде поблекших растений, является — схватить лейку с водой и полить растения, но толку такая поливка не сделает никакого: влага немедленно будет поглащена раскаленным воздухом. Как только жара слегка спадет, хотя бы солнце стояло еще довольно высоко, можно приниматься за поливку без боязни повредить растения. Если после жаркого дня, когда земля пересохла, на небе покажутся тучи, и в воздухе запахнет дождем, вот в это время мы можем оказать растениям большую помощь. Немедленно берите мотыги и наскоро, грубо рыхлите поверхность клумб и гряд, насколько это возможно без вреда для растений. Тогда дождевая влага вся будет впитана почвой, и ни одна капля ее не сбежит зря, как это было бы при уплотненной поверхности гряд. Если огород велик, а рабочих рук мало, можно ограничиться проведением борозд по краям гряд, которые задержат стекающую влагу. Поливать цветник и огород лучше реже, но на достаточную глубину, а опрыскивать, смывать пыль с растений — почаще, если к тому представляется возможность. Не следует забывать и того, что на опрыснутые растения не садится земляная блоха — страшный враг капустных растений на огороде, левкоев — в цветнике. Поэтому, чтобы спасти эти растения, мы не поленимся лишний раз опрыснуть их, достигая сразу двух целей.

35. Способ поливки посредством веревки.

Способ этот применяется только в исключительных случаях. Вблизи от растения, которое хотят поливать, [illegible]

рекомендуется ясных дней. Интересно отметить, что на основании опытов выяснилось, что количество кислорода в стоячих водоемах, содержащих достаточное количество водяных растений, гораздо выше, чем можно получить путем взбалтывания колодезной или дождевой воды (для получения кислорода из воздуха).

30. Наилучшая вода для поливки растений.

При поливке растений качества воды играют немаловажную роль. Там, где можно пользоваться дождевой или прудовой водою, ее следует предпочитать всякой другой воде. Недурна также речная вода, но только под условием, если она не загрязняется разного рода фабричными отбросами. Что же касается колодезной воды, то пользоваться ею необходимо всегда с большой осторожностью: такая вода содержит в себе известь и другие минералы, нередко причиняющие заболевания корней, в особенности нежных растений. Поэтому в тех случаях, когда нельзя делать выбора и приходится довольствоваться колодезной водою, необходимо ее смягчать искусственными приемами, всего лучше прибавкой небольшого количества углекислого кали или поташа. Затем во всех случаях необходимо обращать внимание на то, чтобы вода не отличалась низкой температурою: наиболее подходящей температурой должна считаться та, которую имеет вода, простоявшая полсуток в помещении, где стоят обыкновенно поливаемые растения. Некоторые советуют даже подогревать воду, чтобы она отличалась на несколько градусов более высокой температурой, чем температура помещения, где содержатся растения. Но подобного рода советы должны быть выполняемы с большой осторожностью: злогряды должны быть сделаны слегка вогнутыми, т.е. средина гряд должна делаться несколько ниже краев; вполне достаточно, если края будут выше средины на вершок. При этом условии вода не будет стекать с гряд. Приступают к поливке с лейками, у которых надеты ситки, и быстро смачивают самый верхний слой гряд; этот прием необходим для того, чтобы при дальнейшей поливке вода легче впитывалась в глубь гряды. Читатели, наверно, обращали внимание, что в цветочных горшках, если верхний слой чрезмерно пересущен, вода при поливке долго стоит, совершенно не впитываясь; стоит только смочить верхний слой, как затем, сколько бы мы воды ни вылили, она будет быстро впитываться. То же самое происходит и с грядами: с сухой поверхности вода сбегает, не впитываясь, а смоченные гряды можно поливать уже без ситки, сравнительно сильной струей. Еще надежнее перед поливкой гряды слегка взрыхлить, что вполне возможно при рядовых посевах: в разрыхленную землю вода впитывается еще лучше. Утром поливать я совсем не советовал бы. Вскоре после поливки начинается припек, и большая часть влаги бесцельно пропадает. Напротив, при поливке с 3-4 часов пополудни до позднего вечера, вода вся впитывается в почву. Если рано утром следующего дня политые гряды слегда взрыхлить, при помощи трех и четырехзубых мотыг или даже редкозубыми железными граблями, влага будет предохранена от испарения на долгое время.

33. Как поливать цветущие растения.

Клумбы с низкими растениями, с мелкими, но появляющимися в обилии цветками, поливать через ситку; при ни одна капля не сбежит за уплотненной поверхности гряд. Если огород велик, а рабочих рук мало, можно ограничиться проведением борозд по краям гряд, которые задержат стекающую влагу. Поливать цветник и огород лучше реже, но на достаточную глубину, а опрыскивать, смывать пыль с растений — почаще, если к тому представляется возможность. Не следует забывать и того, что на опрыснутые растения не садится земляная блоха — страшный враг капустных растений на огороде, левкоев — в цветнике. Поэтому, чтобы спасти эти растения, мы не поленимся лишний раз спрыснуть их, достигая сразу двух целей.

35. Способ поливки посредством веревки.

Способ этот применяется только в исключительных случаях. Вблизи от растения, которое хотят полить, ставится ведро или какая-либо другая высокая посуда с водой. Берется шнурок из хлопчатой бумаги или из пеньки и слегка раскручивается, чтобы сделать его легче пропитывающимся водой; один конец этого шнурка опускается в ведро с водой, а другой — слабо обматывается вокруг стебля растения, которое хотят поливать. Тогда веревка, или шнурок, начинает играть роль сифона: вода понемногу сбегает по волокнам шнурка и медленно, но безпреревно смачивает стебель растения и землю вокруг стебля. Способ этот применяется в случае, если хотят вырастить выдающиеся по величине тыквы, ягоды и т.п., но большого практического значения он не имеет. Этим же способом пользуются иногда, уезжая из квартиры летом на несколько дней и оставляя растения без ухода.

ПЛОДОВЫЙ САД

36. Заповеди садоводства.

1) Садоводство есть самое приятное и выгодное занятие, и никакая отрасль сельского хозяйства не может дать такого дохода, какой получается от сада с данной площади земли. 2) Сажай плодовые деревья и ягодные кустарники всюду, где имеется в усадьбе свободное место. 3) Не преклоняйся перед новыми сортами, а избери те, какие в местности дают наилучший доход. 4) Помни, что только избранные два-три сорта для твоего сада сделают его доходным. Чем больше в саду сортов, тем меньше будет плодов, потому что не все сорта пригодны для твоей местности. 5) Почитай плодовое дерево, как и всякое домашнее животное, которое создано для пользы человека. 6) Накорми его. 7) Напои его. 8) Плодовое дерево, как и всякое живое существо, имеет много болезней и врагов, излечи его болезни и изгони врагов, дерево воздаст тебе за это десятерицею. 9) Поддерживай почву в саду под черным паром. Легко дышится корням только в рыхлой, влажной почве, откуда они черпают воду и растворенные в ней почвенные соли. 10) Заботься, чтобы каждая ветка, покрытая листьями, пользовалась солнечным светом. Лист на деревьях то же, что легкие и желудки у животных. Листьями они дышат и перерабатывают пищу из воздуха при посредстве солнечных лучей.

37. Уход за фруктовыми деверьями.

1) Деревья должны обладать сильно развитой корневой ситемой; лучшие плоды обыкновенно получаются со 2-го и 3-го урожая. 2) Деревья должны быть вполне здоровы и расти при полном доступе воздуха и света. На деверьях с потрескавшейся корой особенно крупных плодов не получить. 3) Самой большой величины плоды и самые красивые дают только здоровые деревья, на которых садовод сумел уберечь всю листву, уничтожить своевременно и майского червя, и других вредных насекомых. На деревьях с объеденной листвой большого урожая и крупных яблок никогда не получить. 4) Необходимо вовремя и умело поливать. 5) Имеет большое влияние и почва. 6) Почву в саду необходимо держать в черном пару в разрыхленном состоянии. Достаточно после первого же дождя под каким-либо деревом не разрыхлить уплотнившуюся почву, как плоды останавливаются в росте и даже начивают осыпаться. 7) Лучшие результаты получаются на почвах теплых и на солнечном местоположении. 8) Удобрение оказывает сильнейшее действие, если дается своевременно. 9) Правильная и аккуратная обрезка необходима, причем карликовые деревья должны подрезаться ежегодно, а крупные деревья в продолжение первых 6 — 8 лет.

38. Выбор места для сада.

При выборе места для сада, необходимо принимать во внимание как склон, так и физические свойства почвы, в особенности ее водоемкость. При склонах на юг хорошая и питательная, но легкая, почва неуместна, так как влага в подобной почве не держится. Напротив, связная, более тяжелая и более прохладная почва при том же местоположении много лучше. То же надлежит сказать и относительно восточного склона, при котором, кроме того, весенние иссушающие ветры и морозы наиболее оказывают вредное влияние. Таким образом, если имеется легкая и сухая почва, то предпочтение следует отдать западному склону. Вообще же юго-западные и частью юго-восточные склоны должны считаться самыми подходящими. В местностях с знойным летом более всего надлежит избегать чисто южных склонов. Высокие, но ровные местоположения в южной России вполне годны для плодоводства, если имеют достаточную защиту и влагоемкость подпочвы, хотя бы грунтовая вода и находилась на глубине 16 — 24 метров. Слишком низкие места, не годны для плодовой культуры; но не особенно низкие, где грунтовая вода стоит не выше 4 — 6 метров, вполне хороши; при таком местоположении выигрывает качественно всякая почва. Если же в таких местах зимою подпочвенная вода поднимается выше, то необходимо делать более высокую посадку. Что касается северных и средних губерний, плодовые сады требуют здесь более сухого местоположения на умеренно возвышенной почве, иначе опасность вымерзания увеличивается до крайних пределов, даже при осушении почвы. Часто в северной России попадается глинистая подпочва, красноватого или синеватого цвета, ее следует избегать при заложении садов, точно так же следует избегать подпочвенной сырости от грунтовой воды, что часто случается у подошвы гор и даже на небольших склонах, где подпочва непроницаема для воды.

39. Можно ли высевать проросшие семена плодовых деревьев?

Запескованные семена иногда прорастают рано, в то время когда высевать их еще нельзя: участок, предназначенный для посева еще не освободился от снега, почва его недостаточно просохла, чтобы на ней производить работы и т.д. Что тогда сделать с проросшими семенами? Их можно посеять, и они дадаут прекрасные всходы. В садоводстве проращивание семян, трудно и медленно прорастающих, широко применяется и дает благие результа-

ты. Почему же проращивание семян плодовых деревьев должно быть вредным? В 1905 году мне пришлось запоздать с посевом запескованных семян яблони, груши и айвы. Осенью их не могли посеять, весной же долго не представлялось возможным их посеять, так как почва участка, предназначенного для посева, была сыра настолько, что по ней нельзя было ходить. Семена высеяли тогда, когда они дали ростки до 2 см длины. Распределение семян по бороздкам и заделка землей производилась осторожно, чтобы не поломать хрупких ростков. Всходы появились скоро и дружно. К осени они выросли в хороши дички. Корневая система их получилась лучше, чем у дичков, выросших из непроросших до посева семян. Мне и раньше приходилось наблюдать благоприятные результаты от посева проросшими семенами, но тогда площади посевов были незначительных размеров, в данном же случае была засеяна площадь в 200 кв. метров.

40. Как производится окулировка.

Черенки срезаются в 3-4 часа утра; половина пластинки каждого листа удаляется, равно оба прилистника и верхушка черенка, и немедленно опускаются нижними концами в кувшин с водой, который ставится в тени. К работе приступают, когда с дичков сойдет роса; сняв глазок, ветку кладут сбоку на коврик и действуют свободно обеими руками. Порез на дичке должен быть приготовлен прежде, чем глазок будет снят с черенка. Глазок вставляется так, чтобы кора дичка плотно сошлась с корой щитка на поперечных перерезах. Щиток с глазком должен быть по возможности меньший: у яблони — в 1,5 см длины и 2,0 см ширины. Операцию производят, присев лицом к дичку.

41. Прививка окулировкой.

Лучшая пора для "глазкования" наступает, когда на дичке легко отделяется кора, а прививочные ветки достаточно одеревенеют; продолжать же работу можно до прекращения движения соков (под Москвою приблизительно от 25 июня до конца июля). Наиболее пригодны дички однолетние от 0,5 до 2,0 см толщиной и от 50 до 90 см высоты, а также 2-летки. Дней за 10 — 15 до работы надо срезать острым ножом все нижние побеги и сучья подвоев до самого разветвления вершины; срезы делать вплоть до штамба и ранок ничем не замазывать. Перед самым началом прививки оттереть кругом штамб всякого дичка суконною тряпкою, паклею и т.п. Прививочные черенки следует брать с роскошно растущих молодых растений (1 — 5 лет) из питомников. С ветви берут средние глазки, оставляя слаборазвитые нижние и несколько верхних; глазки с попорченными или оторванными листьями не следует брать. Черенки следует заготовлять с утра не более, как на день. Срезав ветку, с нее удаляют все листовые пластинки и прилистники, оставляя черешки; к пучку веток каждого сорта привязывают деревянный ярлычок с заготовленною надписью; хранить запас в рогожах, смоченных водой, переложив пучки мхом или свежей зеленой травой; держать влажными в затененном месте.

42. Обмазка черенка и подвоя при прививке толстых сучьев.

Очень часто получаются неблагоприятные результаты при прививке черенков к толстым подвоям исключительно вследствие неправильной обмазки. Дело в том, что при теплой погоде садовая замазка расплавляется и отчасти стекает в глубину разреза, делаемого на подвое для вставки черенка, и прививка не удается. Для устранения этого неудобства советуют смазывать садовой замазкой лишь черенки, по же мнению автора, погружать нижние концы черенков в жидкую кашицу из глины во избежание засыхания наплыва, который образуется еще до посадки. После посадки гряды покрываются мелким, перепревшим навозом. Если вскоре после посадки не будет дождя, необходимо произвести один раз обильную поливку. Черенки сажают вертикально.

45. Посадка деревьев.

Если иметь в виду, что выкапывать деревья можно лишь с конца сентября или с начала октября, а в ноябре иногда посадка становится невозможной вследствие морозов, то станет понятным, что иногда выписанные деревья для осенней посадки могут присти слишком поздно; их приходится прикопать до весны. Если наступили морозы, а деревья находятся еще в пути, то следует прикрыть предназначенное для прикопки деревьев место лошадиным навозом, чтобы почва не промерзла, так как прикапывать в мерзлой земле очень затруднительно и вредно. Но и для тех садоводов, которые предпочитают весеннюю посадку, можно советывать выписывать деревья осенью и прикапывать их на зиму, так как весной часто деревья опаздывают, особенно при выписке из более северных местностей. Нет ничего, кажется, более неприятного, как быть вынужденным запаздывать весной с посадкой вследствие несвоевременного прибытия выписанных деревьев. Вот почему и при весенней посадке, безусловно, лучше выписывать деревья с осени, чтобы иметь возможность произвести посадку ранней весной, что имеет большое значение для успеха; особенно вредно сажать деревья поздней весной, когда начивают уже распускаться почки. При осенней выписке деревьев для весенней посадки необхоимо иметь в виду, что корни не прекращают жизнедеятельнсти и после опадения листьев. Замечено, что и после опадения листвы корни образуют наплывы в местах, поврежденных при выписке или на искусственных срезах. Вот почему очень важно производить обрезку корней при осенней прикопке деревьев, а не откладывать эту операцию до весны (обрезка корней перед посадкой или так наз. "освежение" корней). Если обрезать тщательно корни (как и перед посадкой) и затем прикопать деревья, то еще с осени образуются наплывы, и такие деревья весной скорее укореняются и лучше принимаются.

46. Посадка деревьев на песчаных почвах.

Посадки плодовых деревьев на песчаных почвах сопряжены бывают с большим риском, так как деревья очень страдают от недостатка воды. Несколько лет тому назад предложен особый способ посадки плодовых деревьев на таких почвах, и многочисленные опыты показывают, что этот способ дает хорошие результаты, по крайней мере в первые годы деревья растут хорошо. Правда, способ этот кропотлив и дорог, но ведь закладывать сады на неподходящей почве могут лишь любители, для которых вопрос о дороговизне не имеет решающего значения. Прежде всего выкапывается обычная посадная яма, но большего диаметра и глубины, т.е. не менее 1 — 1,5 м глубины и такой же ширины. Посадная яма должна расширяться книзу, а дно иметь форму блюдца. На дно насыпается слой жирной глины в 7 — 10 см и плотно утрамбовывается; таким образом получается нечто вроде горшка, не пропускающего воду. Конечно, лучше, если можно, наполнить яму хорошей землей, но если это затруднительно, то можно наполнять той же землей, а в верхний слой добавить навоза. При частом (каждые 2-3 года) внесении навоза в верхний слой почвы, деревья растут удовлетворительно и на песчаной почве.

положении, так как у сохраняемых в вертикальном положении начинают ранее развиваться глазки. Срезая черенки нескольких сортов, следует тотчас же связывать каждый сорт в отдельные пучки и снабжать соответствующими прочными этикетками. Черенки, которые немного присохли во время хранения, следует освежать закапыванием на пару дней в холодную, сырую землю; этот способ, кажется, лучше, чем погружение их в воду, когда они воспринимают излишнее количество влаги.

50. Использование опавшей с осени листвы как одна из мер борьбы с садовыми вредителями.

Еще в то время когда листья держатся на ветвях, различные несековые откладывают на них свои яички, которые после опадения листвы, будучи предохранены всей ее массой от морозов, спокойно перезимовывают, и ранней весной вылупившиеся из этих яичек гусеницы бросаются на развивающиеся древесные почки, молодые листочки, цветы. Кроме яичек, в толще листвы находят себе убежище и коконы, а весьма часто и гусеницы, которые без этого прикрытия не в состоянии были бы выдержать морозов. Не следует забывать также и о зимних спорах различных грибков, прилипших или внедрившихся в опалый сухой лист. Ввиду всего вышесказанного опавшие в плодовом саду листья должно еще с осени тщательно сгрести и, по желанию, тем или иным способом использовать: или на подстилку, или при возведении компостной кучи, или в крайнем случае сжечь. Кто не выполнил этой работы в надлежащее время, тот должен позаботиться ее выполнить ранней весной.

51. Куры и плодоводство.

Найдено, что 500 кур в состоянии уничтожить в течение одного дня всех куколок, жучков и прочих вредителей, находящихся на земле на площади размером в 5 соток. Участки, на которые выпускались куры, впоследствии оказались совершенно чистыми. Вишенник, в котором ежедневно ходили куры, давал наилучшие ягоды, а подальше от дома, где куры не ходили, вишневый слоник ежегодно портил ягоду.

Вследствии сего садоводам можно рекомендовать держать в садах кур, но не в ягодниках, конечно, к осени, сбора ягод, кур можно выпускать и туда.

52. Когда лучше высевать семена яблони и груши.

Лучшим временем для посева считается поздняя осень. Семена, высеянные в это время, без промедления и дружно всходят ранней весной. Нападение мышей, запоздалое получение семян и другие причины заставляют иногда отложить посев до весны. В таких случаях семена пескуют, т.е. смешивают с влажным песком. На одну часть семян берется 4 — 6 частей песку. Тщательно перемешав семена с песком, их насыпают в ящики, плошки и др. посуду не толстым слоем (20 — 25 см). Сохранять семена надо в неморозном помещении: погреб, подвал, яма... Так как запескованные семена прорастают очень рано, то и высевать их необходимо возможно раньше весной, как только оттает почва. Проросшие семена высеваются осторожно, чтобы не поломать ростков. При осеннем посеве семян их хорошо защищает от нападения мышей окраска сурИком, которая у нас, к сожалению, редко применяется.

53. Способ оживлять черенки.

При пересылке черенков плодовых деревьев издалека, часто случается настолько сильное их усыхание, что они являются непригодными для прививки. Тогда снизу усохших черенков делают новые срезы, черенки ставят в ро-

попорченными или оторванными листьями не следует брать. Черенки следует заготовлять с утра не более, как на день. Срезав ветку, с нее удаляют все листовые пластинки и прилистники, оставляя черешки; к пучку веток каждого сорта привязывают деревянный ярлычок с заготовленною надписью; хранить запас в рогожах, смоченных водой, переложив пучки мхом или свежей зеленой травой; держать влажными в затененном месте.

42. Обмазка черенка и подвоя при прививке толстых сучьев.

Очень часто получаются неблагоприятные результаты при прививке черенков к толстым подвоям исключительно вследствие неправильной обмазки. Дело в том, что при теплой погоде садовая замазка расплавляется и отчасти стекает в глубину разреза, делаемого на подвое для вставки черенка, и прививка не удается. Для устранения этого неудобства советуют смазывать садовой замазкой лишь верхушку черенка (для уменьшения испарений), что же касается верхушки подвоя, то она покрывается лишь кусочком бумаги, который прикрепляется мочалой или рафией, чтобы бумага держалась лучше, поверхность среза подвоя смазывается тонким слоем замазки. Верхняя часть подвоя обвязывается мочалой или рафией, замазкой же совершенно не обмазывается. Автор прививал таким образом большие вишневые деревья свыше 30 см. в диаметре и получал прекрасные результаты; на каждом дереве приходилось вставлять до 60 черенков, причем прививаемые ветки имели около 6 — 7 сантиметров.

43. Простой способ оживления черенков.

При выписке прививочных черенков откуда-либо издалека, нередко получают их подсохшими, вследствие чего опасаются применять такие черенки для прививки. Для оживления их на дно стакана наливают небольшое количество воды, куда и помещают черенки. Существенное условие, чтобы водой покрывались только нижние концы черенков. В таком виде сосуд с черенками переносится в холодное помещение. И черенки начинают медленно отходить снизу вверх; для полного оживления иногда требуется 2-3 недели и даже больше. При помощи этого способа удавалось оживлять такие черенки, которые при сгибании ломались, как никуда негодные, сухие прутья.

44. Размножение айвы черенками.

При черенковании айвы укореняется до 98% посаженных черенков. Материал для черенков получается с кварталов питомника карликовых груш при срезке зимой (декабрь — январь) "на шип" заокулированных летом растений. Приготовление черенков производится в течение зимних вечеров и в ненастные дни, причем режут их длиной около 25 см таким образом, чтобы нижний срез приходился в узле возле почки. Последнее условие, впрочем, не имеет существенного значения, так как, по наблюдениям автора, корни появляются одинаково хорошо по всей длине черенка, находящейся в почве. Ежедневно нарезанные черенки связываются в пучки по 50 штук и прикапываются землей, если земля не замерзла; в противном же случае черенки сохраняются в погребе во влажном мху. Применяют сравнительно тонкие черенки, не толще обыкновенного карандаша, причем из длинного побега выходит 2 и даже 3 черенка. Посадка черенков производится возможно рано, как только является возможность обработать гряды; сперва в земле лопатой делаются поперечные щели, в которые и сажают черенки, погружая их на половину длины. Последнее условие имеет особенно важное значение, так как раньше, когда черенки сажались более глубоко, как это обычно практикуется, результаты черенкования бывали гораздо хуже. Очень важно также, по

предложен особый способ посадки плодовых деревьев на таких почвах, и многочисленные опыты показывают, что этот способ дает хорошие результаты, по крайней мере в первые годы деревья растут хорошо. Правда, способ этот кропотлив и дорог, но ведь закладывать сады на неподходящей почве могут лишь любители, для которых вопрос о дороговизне не имеет решающего значения. Прежде всего выкапывается обычная посадная яма, по б[illegible] диаметра и глубины, т.е. не менее 1 — 1,5 м глубины и такой же ширины. Посадная яма должна расширяться книзу, а дно иметь форму блюдца. На дно насыпается слой жирной глины в 7 — 10 см и плотно утрамбовывается; таким образом получается нечто вроде горшка, не пропускающего воду. Конечно, лучше, если можно, наполнить яму хорошей землей, но если это затруднительно, то можно наполнять той же землей, а в верхний слой добавить навоза. При частом (каждые 2-3 года) внесении навоза в верхний слой почвы, деревья растут удовлетворительно и на песчаной почве.

47. Какие медоносные кустарники пригодны для живой изгороди.

Имеется в виду не насаждение защитной полосы около сада, а только изгородь, причем на первом плане стоит медоносность растений, избранных для защиты. Для этой цели рекомендуют лох или дикую маслину; если сеянцы лоха посадить в два ряда на расстоянии 70 см между рядами и вершков на 10 между растениями в рядах, через 3-4 года получится отличная живая изгородь. Чтобы она была гуще, по истечении 3-4 лет по посадке срубите растения весною около самой земли. Тогда корни пустят массу побегов, образующих непроницаемую стену. Это растение, кроме того, выгодно еще и тем, что не повреждается ни скотом, ни насекомыми, да и люди неохотно пролезают через такую изгородь, благодаря колючкам. Чтобы продлить медовый взяток с такой изгороди можно обсадить ее с одной или двух сторон многолетними астрами; во время цветения (с июля до морозов) такая изгородь представляет замечательно красивый вид.

48. Срезание черенков.

Самым благоприятным временем для срезания черенков благородных сортов, предназначаемых для щепления или окулировки, являются январь и февраль; пожалуй, можно употреблять и позднее срезанные черенки, но это отражается на количественном результате принявшихся щеп. Черенки с начавшими уже развиваться почками не годятся для сохранения; в особенности об этом следует помнить, имея в виду косточковые (слива, вишня и т.д.), так как у последних движение соков начинается рано, и поэтому срезать с них черенки надлежит еще в январе. Черенки рекомендуется срезать только со здоровых и обильно плодоносящих деревьев, а главным образом остерегаться деревьев с раковидными заболеваниями. Наиболее соответствующими своему назначению являются однолетние побеги, сильные, достаточно одеревеневшие, с превосходно развитыми глазками, найти которые легче всего в верхней половине кроны с южной ее стороны. Если кто привык срезать черенки еще с осени, то необходимо срезать их с куском двухлетней ветки, благодаря чему они более продолжительное время будут сохраняться в свежем состоянии.

49. Сохранение черенков.

Черенки, предварительно связанные в небольшие пучки, сохраняются до половины вкопанными в земле или песке в затененной и защищенной части сада, или же лучше всего в холодном погребе; сохраняемые в сыром мхе весьма часто погибают от плесени. Кроме этого, рекомендуется прикапывать черенки в несколько наклонном

но всходят ранней весной. Нападение мышей, запоздалое получение семян и другие причины заставляют иногда отложить посев до весны. В таких случаях семена пескуют, т.е. смешивают с влажным песком. На одну часть семян берется 4 — 6 частей песку. Тщательно перемешав семена с песком, их насыпают в ящики, плошки и др. посуду нетолстым слоем (20 — 25 см). Сохранять семена надо в неморозном помещении: погреб, подвал, яма... Так как запескованные семена прорастают очень рано, то и высевать их необходимо возможно раньше весной, как только оттает почва. Проросшие семена высеваются осторожно, чтобы не поломать ростков. При осеннем посеве семян их хорошо защищает от нападения мышей окраска суриком, которая у нас, к сожалению, редко применяется.

53. Способ оживлять черенки.

При пересылке черенков плодовых деревьев издалека, часто случается настолько сильное их усыхание, что они являются непригодными для прививки. Тогда снизу усохших черенков делают новые срезы, черенки ставят в вертикальном положении в посуду с малым количеством воды, настолько малым, чтобы его хватило лишь вместить концы черенков, затем посуду с черенками ставят в прохладном помещении (подвале, погребе). При таком способе через 5 — 8 дней черенки оживают: почки на них набухают и принимают свежий вид, и черенки годны для прививки. Можно оживлять черенки, закапывая их в вертикальном положении до половины в сырой и чистый песок.

54. Весенняя посадка "с водой".

В посадную яму, приблизительно до половины, набрасывается земля и расправляется не в виде холмика, как обыкновенно, а, наоборот, в виде воронки. Сюда наливают воды почти до верху; в воду вставляют корни и быстро с двух сторон лопатами сыплют мелкую землю таким образом, чтобы земля не падала кучами, а сползала с лопаты и сыпалась как горох. С наполнением ямы землей, вода подымается все выше и выше, а чтобы она не выливалась через край, яму обводят валиком земли и продолжают сыпать последнюю, образуя вокруг дерева земляной холмик. При посадке в воду соблюдают общие условия: сглаживают на концах корней срезы, сажают таким образом, чтобы корневая шейка была бы на уровне с землей, но утаптывания и придавливания корней не производят. Холмик насыпается повыше, и в таком состоянии дерево остается не менее суток, пока вода окончательно разойдется по яме и всосется в почву. На второй день после посадки холмики разравниваются в уровень с землей, а затем делаются приствольные круги или лунки, которые притеняются соломой. При посадке под кол или канавкой работа эта производится таким образом. По протянутому шнуру впереди идет первый рабочий и делает на известном расстоянии круглым большим деревянным колом ямки; второй рабочий вставляет дички, третий — в каждую ямку до половины наливает воду, четвертый — ручным плоским железным колышком придавливает промокшую землю к корешку и заравнивает ямку. При посадке с водой дичков следует не торопиться придавливать ручным колышком землю к корешку до тех пор, пока вода в ямке не войдет в землю, иначе вода выплеснется. Если же посадка дичков производится канавкой, тогда землей корни дичков засыпают до половины, а затем канавку заливают водой и заравнивают землей. При посадке с водой не только не бывает убыли, когда посадка сделана своевременно, но даже и тогда, когда растения получены вялыми или же распустившимися; будучи посажены таким способом, они скоро оправляются и дают хороший прирост.

55. Преимущества посадки "с водой".

Преимущества посадки с водой перед прочими способами состоят в следующем: 1) Распределение корней в яме с водой соответствует естественному распределению их в почве, откуда они были вынуты для посадки. 2) Слипания корней не происходит, так как они, находясь в воде, засыпались землей, которая падала на поверхность воды, а не непосредственно на корни. 3) Вода, влитая в яму, остается под корнем и служит продолжительным запасом для насыщения корней влагой. 4) Деревья, посаженные весной в воду, почти не требуют поливки в течение целого лета.

56. Прививка черенков с неплодоносивших деревьев.

Облагороженные в питомнике деревья в молодости обладают сильным ростом, развивая обыкновенно сперва одну ростовую древесину, и, находясь в нормальных условиях, переходят к развитию фруктовой древесины лишь через более или менее значительный промежуток времени. Таким образом, в период молодости дерева, плодоводы имеют дело только с ростовой древесиной, у которой отдалена способность развивать многочисленные, обусловливающие урожайность плодовые почки. При перенесении такой ростовой древесины на подвой, тем самым отдаляется время развития на дереве обильной плодовой древесины, тогда как, пользуясь ростовой древесиной с деревьев, дающих уже урожаи, подвой облагораживается древесиной с не столь отдаленным сроком развития изобильных плодовых почек, и такая, перенесенная на подвой, древесина, образовав штамб и крону, в результате дает скорее входящее в пору плодоношения дерево, с разницей в 5,6 и более лет. Конечно, здесь речь может идти только о зерновых породах, т.е. о яблонях и грушах (воспитываемых, кроме того, в штамбовой форме на обыкновенных сильнорослых дичках, а не на карликовых подвоях) и ни в коем случае не о косточковых, у которых плодовая древесина образуется гораздо скорее, чем у зерновых, и которые поэтому входят в пору плодоношения гораздо скорее, чем зерновые. Так не редкость, что в питомниках средней России сеянцы вишен расцветают и плодоносят уже в четырехлетнем возрасте, тогда как для цветения и плодоношения выведенные из семян груши и яблони требуют в том же районе 15 и более лет. Но большинство плодоводов не согласны с этими доводами и прививают черенками с неплодоносивших деревьев.

57. Посадка однолеток.

С целью удешевления посадок, между прочим, рекомендуется посадка однолетних окулировок, т.е. молодых деревьев, представляющих один побег без кроны. Однако результаты такой посадки в большинстве случаев бывают неудачны, что объясняется неудовлетворительными условиями произрастания посаженных однолеток в первый год. Рекомендовать посадку однолеток можно лишь в том случае, если есть полная надежда получить в первом же году нормальную крону, иными словами, если есть основания ожидать усиленного роста. Для такого усиленного роста необходимы следующие условия: прекрасно развитые деревца (однолетки) с обильной корневой системой, плодородная и хорошо подготовленная почва, своевременная и тщательно выполненная посадка, поливка в случае засухи, полная защита от насекомых и пр. Кроме того, для посадки однолетними окулировками годятся исключительно сильно растущие сорта, так как сорта слабо растущие даже при самых благоприятных условиях культуры не обнаруживают достаточного роста.

Общественные преимущества, обуславливаемые усиленной обрезкой корней. Преимущество короткой обрезки корней состоит в том, что ранней весной места срезов менее подвержены загниванию. Дело в том, что длинные корни при слабой обрезке располагаются, конечно, в более глубоких и более холодных весной слоях почвы, где условия для загнивания более благоприятны. Наконец, при короткой обрезке подвоев, сажаемых в питомнике, вторичные разветвления корней образуются ближе к поверхности почвы, что впоследствии облегчает выкопку, а затем и посадку молодых деревьев. Таким образом, при посадке подвоев в питомнике большинство садоводов вполне правильно предпочитает короткую обрезку. Обычно оставляют у подвоев корни длиною не более 7 — 15 см. При посадке деревьев старшего возраста решение вопроса о степени обрезки корней более затруднительно. Теоретически следовало бы обрезать корни возможно меньше, тем более что и без того значительная часть корней теряется при выкопке деревьев из питомника. Казалось бы, что успех посадки тем более обеспечен, чем больше корней оставлено у сажаемого дерева. В действительности же и здесь приходится считаться с возможностью отмирания корней в глубоких холодных слоях почвы, особенно на почвах связных и сырых. Вот почему при посадке плодовых деревьев на таких почвах следует предпочитать более короткую обрезку. Точно также следует предпочитать короткую обрезку и в тех случаях, когда посадка производится малоопытными рабочими, во избежание загибания корней. Наконец, существует целый ряд пород, которые образуют при посадке молодые корни вблизи корневой шейки, как абрикос, дусен, отчасти парадизка и айва. Понятно, что такие породы следует обрезать короче, так как все равно длинные корни впоследствии отмирают. В этом отношении особенно чувствителен абрикос, и неоднократно наблюдали, что деревья, привитые к абрикосу, тем скорее и успешнее развиваются на новом месте, чем сильнее были обрезаны корни при посадке. Даже при очень короткой обрезке, когда оставлялись лишь главные корни, и то не длиннее 5 — 10 см, деревья, привитые к абрикосу, прекрасно принимались и давали к концу первого вегетационного периода роскошную корневую систему.

60. Пересадка сеянцев.

Дерево тем раньше и в большем изобилии приносит плоды, чем большее количество оно имеет корневых волосков, и чем ближе эти последние к поверхности почвы; наилучшим примером служит груша, привитая на айве. Как только появляется первый листик, молодой сеянец надо бережно пересадить при помощи колышка; срезают ножницами часть стебля и пересаживают молодые растения поодиночке в горшки 10 — 16 сантиметров в диаметре, наполненные предварительно лучшей землей; их поливают и защищают от солнечного зноя. Преимущество этой пересадки состоит в развитии большого количества корней. Восемь — десять дней спустя горшки закапываются друг около друга на грядке, оставаясь там без прикрытия от прямых солнечных лучей.

61. Пересадка в грунт.

Каково бы ни было количество предварительных пересадок, молодые деревца пересаживаются в грунт сейчас же после опадения листьев. Иногда их оставляют на грядке в

64. Плодоношение сеянцев.

При возмужании отдельных экземпляров, в верхней части их развиваются более сильные ветки особого вида; на ветвях этого нового периода развития появляются первые цветочные почки: на появление этих последних влияет не только возраст деревца, но и положение веток, хорошо проветривающихся (так точно и у привитых деревьев верхние ветки наиболее плодоносны).

65. Получение хороших плодов.

Деревья, приносящие хорошие плоды, можно отметить номером. Не следует торопиться с окончательным приговором, так как через несколько лет точнее определяются качества плодов. Чтобы увереннее о них судить, нужно несколько лет подряд прививать цветочные почки. Для возможно скорого получения результатов нужно делать прививку щитком в конце августа. Для груш также хорошо делать прививку на айве, чтобы установить симпатию или антипатию между айвой и новым сортом.

66. Вред от глубокой посадки.

Корни для правильного своего развития требуют, чтобы тепло, воздух и влага свободно доходили до них. Нет этого — корни начинают болеть. Болеет корень — болеет и дерево. Глубоко посаженное дерево дает слабый рост, легко обрастает мхом, лишайником, подвергается нападению садового червеца и всяких других вредителей, а также сильнее страдает от морозобоин, ожогов, рака, пятнистости листьев и проч. Косточковые деревья, как вишни, сливы, черешни, абрикосы и персики, при глубокой посадке особенно легко поражаются опасною болезнью — истечением камеди, с которой борьба не так легка. Листья на глубоко посаженных деревьях редко хорошо развиваются; такие деревья страдают худосочием и отмиранием ветвей, даже у молодых посадок. Все вышесказанное ведет к тому, что глубоко посаженные деревья мало или совершенно не плодоносят и преждевременно засыхают.

67. Какое следует дать расстояние между деревьями.

Сажать деревья нужно на таком расстоянии, чтобы впоследствии, когда деревья разрастутся (лет через 18 — 20), ветки одного дерева не касались бы веток другого. Дерево для здорового роста и хорошего плодоношения требует много воздуха и много света, а потому оно должно стоять свободно и со всех сторон освещаться солнцем. Деревья в густо посаженных садах плохо растут, сильно страдают от мха, лишайника, нападения вредных насекомых и грибных болезней, как парша и плодовая гниль. Деревья в таких садах дают плохо развившиеся и плохо окрашенные плоды. Густая посадка сильно тормозит работу при опрыскивании деревьев жидкостями, убивающими вредных насекомых и грибки. Расстояние между деревьями зависит от выбора сортов, положения местности и степени плодородности почвы. В общем в средних губерниях принято яблони сажать не менее как на 8 м друг от друга.

Сорта же с кроной, сильно раскидистой, как, например, антоновка, сажать на 10 м дерево от дерева. Груши сажать на расстоянии 7 м, вишни — на 4-5 м и сливы — на 6 м друг от друга.

69. Когда, как, какой ширины и глубины копать ямы.

Для посадки весною ямы должны быть выкопаны еще с осени, для осенней же посадки — не позже июня. Но дольше ямы

деревьев, представляющих один побег без кроны. Однако результаты такой посадки в большинстве случаев бывают неудачны, что объясняется неудовлетворительными условиями произрастания посаженных однолеток в первый год. Рекомендовать посадку однолеток можно лишь в том случае, если есть полная надежда получить в первом же году нормальную крону, иными словами, если есть основания ожидать усиленного роста. Для такого усиленного роста необходимы следующие условия: прекрасно развитые деревца (однолетки) с обильной корневой системой, плодородная и хорошо подготовленная почва, своевременная и тщательно выполненная посадка, поливка в случае засухи, полная защита от насекомых и пр. Кроме того, для посадки однолетними окулировками годятся исключительно сильно растущие сорта, так как сорта слабо растущие даже при самых благоприятных условиях культуры не образуют кроны в год посадки. Посадка однолетних окулировок применима лишь при условии получения так называемых полуштамбов, так как только в этом случае возможно произвести сильную обрезку, способствующую усиленному росту побегов, образующих крону. Необходимость указанных выше условий определяется тем соображением, что в случае образования в первом году слабых побегов кроны последняя лишь с большим трудом может быть исправлена впоследствии. Поэтому раз мы не имеем твердой уверенности в усиленном росте, то гораздо рациональнее производить посадку кронистыми деревьями. Все сказанное относится исключительно к семячковым, т.е. к яблоне и груше; косточковые, особенно персик и абрикос, сажаются однолетками как общее правило.

58. Глубокая посадка яблонь.

Глубокая посадка яблонь и др. плодовых деревьев, безусловно, вредна. Она в сильнейшей степени приостанавливает дальнейший рост деревьев, и потому сад с глубоко посаженными деревцами постоянно будет страдать от различных болезней. Но как определить, что деревца в саду глубоко посажены? Существуют три наглядных признака, с помощью которых каждый садовод без особого затруднения определит, на сколько глубоко сидят в земле плодовые деревца: а) Стволы глубоко посаженных деревцев не имеют вблизи почвы нормального, едва заметного утолщения, которым обусловливается нормальный прирост дерева. Ствол глубоко посаженного деревца имеет почти одинаковую толщину, от почвы до кроны. Это такой характерный признак глубокой посадки, что по нему опытный глаз садовода-практика сразу узнает причину медленного роста деревьев, не прибегая даже к выкопке земли. б) Корневая шейка деревца при нормальной посадке должна быть присыпана землею не более 5 или 8 см. По наружным признакам начало корневой шейки можно так определить: если при соскабливании коры ножом замечается цвет зеленый — значит, еще часть стеблевая (ствол), а если желтая, то корневая. Вот эта-то последняя и должна быть присыпана землею на 5 — 8 см. в) Деревца, глубоко посаженные, после 5 — 10 лет страдают от частичного отмирания (медленного засыхания) ветвей без всякой будто бы причины.

59. Обрезка корней при посадке.

Вопрос об обрезке корней при посадке плодовых деревьев не так прост, и во всяком случае нельзя дать определенного указания, как следует производить обрезку корней. Способ обрезки зависит от возраста деревьев, породы, почвы, способа посадки и проч. Молодые деревья легче переносят усиленную обрезку, чем взрослые. На этом основании при посадке молодых деревьев корни обрезаются сильнее; при этом имеются в виду некоторые су-

Как только появляется первый листик, молодой сеянец надо бережно пересадить при помощи колышка; срезают ножницами часть стебля и пересаживают молодые растения поодиночке в горшки 10 — 16 сантиметров в диаметре, наполненные предварительно лучшей землей; их поливают и защищают от солнечного зноя. Преимущество этой пересадки состоит в развитии большого количества корней. Восемь — десять дней спустя горшки закапываются друг около друга на грядке, оставаясь там без прикрытия от прямых солнечных лучей.

61. Пересадка в грунт.

Каково бы ни было количество предварительных пересадок, молодые деревца пересаживаются в грунт сейчас же после опадения листьев. Иногда их оставляют на грядке в густой посадке, но этого не следует делать; чтобы ускорить плодоношение, их надо пересаживать в богатую питательными веществами и приспособленную для данной породы почву и на таком расстоянии, чтобы растения хорошо проветривались и вполне подвергались действию солнечных лучей; расстояние между ними должно быть от 1,5 до 2 м. В первые годы можно использовать свободное между сеянцами пространство промежуточной культурой мелких растений, не истощающих почвы. Приготовляемые заранее посадочные ямки должны быть более широки, чем глубоки; перед посадкой в грунт деревце осторожно вынимается из горшка, концы его корней подрезаются, а затем корни присыпаются питательной землей, которая слегка сверху придавливается. "Чашку" каждого дерева хорошо прикрыть навозной соломой. Если следующая весна суха, деревья следует несколько раз полить.

62. Выравнивание сеянцев.

У каждого сеянца ставят подпорку, к которой деревце потом подвязывается, чтобы оно приобрело вертикальное направлениме и имело защиту от порывов ветра. Придать симметричную форму молодым деревцам — значит, задержать их плодоношение; достаточно прищипывать слишком длинные боковые ветки и уничтожать покрытые колючками раветвления. Трудно по внешнему виду определить качество молодых сеянцев, почему их нужно всех сохранить до плодоношения.

63. Подготовка к плодоношению.

Основными элементами раннего плодоношения являются — многочисленность корней и развитие ствола. Не позже, чем через два года, можно пересадить сильные экземпляры, которые еще не имеют признаков плодоношения. Подрезываются их длинные корни, особенно стержневые, и основные ветки, чтобы восстановить равновесие между подземной и надземной частями дерева. Затем дереву дается прочная подпорка, корни присыпаются хорошей землей, которую поливают, чтобы заполнить ею все промежутки. На следующую весну деревья нужно полить жидким удобрением. Можно применять прищипывание побегов, скручивание веток, ежегодные надрезы, чтобы вызвать образование плодов. Приводя таким образом молодые экземпляры к раннему возмужанию, сокращают на несколько лет ожидание урожая. Иные думают ускорить плодоношение, прививая первые ветки молодых сеянцев к плодоносящим уже деревьям, но забывают, что черенки воспроизведут бесплодное состояние стеблевой части и что они должны претерпеть те же изменения, что и сеянцы, прежде чем обратятся в сильные ветки, дающие плоды. Срезание верхушки для прививки может замедлить плодоношение.

окрашенные плоды. Густая посадка сильно тормозит рост при опрыскивании деревьев жидкостями, убивающими вредных насекомых и грибки. Расстояние между деревьями зависит от выбора сортов, положения местности и степени плодородности почвы. В общем в средних губерниях принято яблони сажать не менее как на 8 м друг от друга.

Сорта же с кроной, сильно раскидистой, как, например антоновка, сажать на 10 м дерево от дерева. Груши сажать на расстоянии 7 м, вишни — на 4-5 м и сливы — на 6 м друг от друга.

69. Когда, как, какой ширины и глубины копать ямы.

Для посадки весною ямы должны быть выкопаны еще с осени, для осенней же посадки — не позже июня. Чем дольше ямы будут стоять открытыми, тем лучше распушится земля, а следовательно, сделается более проницаемой для корней. Ширина ямы должна быть не менее 1,5 метра, но лучше 2 м, так как корни плодовых деревьев, особенно яблонь, идут вширь, а не вглубь. Для вишен достаточна ширина в 1 метр. Глубина ямы в средних и северных губ. должна быть 0,5 метра и самое большее 0,7 метра. При выкопке ям верхний почвенный лучший слой земли откладывают в одну сторону, а нижний, худший, — в другую. Кучи выброшенной земли следует через каждые 3-4 недели перелопачивать, дабы земля лучше распушилась.

70. Чем удобрять землю для засыпки корней.

Если ямы выкопаны в неистощенной, рыхлой и раньше хорошо удобренной земле, то сажать можно и без прибавки удобрения к вынутой из ямы земле, но такие случаи редки. Обыкновенно же сажают деревья на местах, которые были десятки лет под посевами и плохо удобрялись, а потому выброшенную из ям землю надо перед посадкой удобрить перепрелым навозом, но ни под каким видом не свежим. Надо обратить внимание на то, чтобы в навозе не было личинок майского хруща, который объедает корни. В черноземной полосе и в особенности в местах, где почва бедна известью, чрезвычайно полезно, особенно для вишен, слив и вообще косточковых пород, к вынутой из ям земле примешать 2-3 ведра старой, вполне погашенной извести. Полезно примешать к земле торф, хорошо выветрившийся и растертый в грубую муку (3-4 ведра на яму). Торф сохраняет влагу, препятствует уплотнению почвы и сильно способствует образованию корневых волосков.

71. Как вбить кол для привязки дерева.

В губерниях, подверженных сильным ветрам, сажать дерево, особенно со средним штамбом (полуштамбом), без того чтобы не привязать его к колу, нельзя. Кол должен быть совершенно ровный и хорошо очищенный от коры. Толщина кола должна быть не менее 5 см. Кол должен быть вбит в середину ямы перед заполнением землей и так, чтобы он стоял к дереву с солнечной стороны, дабы защищал ствол дерева от нагревания волнцем.

72. За сколько времени до посадки нужно засыпать ямы.

Ямы засыпаются за месяц до посадки, дабы дать возможность земле осесть, что не позволит дереву сильно опуститься. Вбив кол, яму заполняют верхним (почвенным) слоем земли, улучшенным удобрением (как было сказано выше), более чем на три четверти ее глубины, причем посредине ямы, около кола, необходимо насыпать довольно высокий холмик, на который при посадке лягут корни дерева. Засыпка производится вобщем с таким расчетом, чтобы лучшая земля была положена там, где будут сидеть корни.

73. Исправление вредной глубокой посадки плод. деревьев.

Все деревья, страдающие от глубокой посадки, окапываются кольцевою канавкой, причем поперечник кольца по мере углубления канавы постепенно уменьшается до тех пор, пока дерево еле может держаться на нескольких самых нижних корневых разветвлениях. После этого ком обкладывают рогожами, крепко обвязывают веревками, подкладывают под него с обеих сторон толстые доски и осторожно приподнимают дерево вместе с самым комом до надлежащей высоты, причем сейчас же подсыпают под ком землю и сильно утаптывают. Когда таким образом все пустое пространство под комом и вокруг него будет заполнено, яму засыпают. Этим приемом вполне исправляется неправильная глубокая посадка; о результатах такого исправления можно судить по тому, что из двухсот плодовых деревьев в возрасте 8 — 15 лет, у которых была исправлена описанным способом глубокая посадка, все до одного без малейшего прихварывания перенесли эту операцию, причем рост их исправился; и все насаждение как бы сразу оживилось. Попутно при указанной работе можно произвести и удобрение, если в том окажется надобность, а весной необходимо сделать соответствующую обрезку крон.

74. Способ приготовления ям и почвы для посадки плод. деревьев на песчаной почве.

На чисто песчаной почве плод. деревья без соответствующей подготовки почвы идут крайне плохо. Обыкновенно при посадке деревьев копаются соответствующих размеров ямы без предварительной подготовки почвы на участке. Для яблонь и груш ямы делаются возможно большими, вынимая не менее одного куба земли, а для слив, вишен и черешен наполовину меньших размеров. Ямы эти копаются всегда заранее, т.е. при посадке деревьев с осени ямы копаются весною или возможно раньше летом, а при посадке весною обязательно с осени.

Наиболее подходящею землею для засыпания ям на песчаной почве является состоящая из 1/3 глины, 1/3 верхней местной земли и 1/3 гумуса с прибавлением небольшого количества извести. Весьма полезным при этом является внесение возможно большего количества компоста, если таковой имеется под руками. Однако и при такой тщательной подготовке почвы плодовые деревья могут идти хорошо лишь при обильной поливке в течение всего лета. Вообще культура плод. деревьев на чисто песчаной почве обходится очень дорого, и даже при хорошем уходе деревья на ней растут и плодоносят недолго. Поэтому такую посадку можно рекомендовать лишь любителям, и то в весьма ограниченных размерах (до 10 — 15 деревьев). Наиболее подходящими являются карликовые деревья, которые там являются и более долговечными. В противоположность сказанному на песчаной почве плодовые деревья могут идти прекрасно и давать хорошие урожаи, если под почвою является глина. В этом случае, если на участке сажается более 20 деревьев, то следует предпочесть не отдельную подготовку почвы для ям, а подготовку почвы перевалом всего участка, при внесении достаточного количества компоста или перегнившего навоза с добавлением извести.

75. Новый способ перепрививки под кору.

При перепрививке под кору более толстых сучьев от помещения прививочного черенка под кору последняя тем больше отстает в обе стороны, чем толще кора. Желая избавиться от такого неудобства советуют делать на приви-

учается наименьшая (круг при правильной форме сука). Не следует никогда срезать сучья у самого ствола так, чтобы совершенно удалялось основание их в нижней части, иначе разрез получается большой (элипс), вследствие чего рана наплывает труднее и медленнее. Но всего вреднее отделять сучья на некотором расстоянии от их основания, причем на дереве остается шип: такой шип со временем отмирает и сгнивает, заражая гнилью как верхнюю, так и нижнюю часть древесины, вследствие чего получается дупловатость ствола или в самом благоприятном случае — сука.

77. Кольцевание деревьев.

Если на каждой сильной ветке бесплодного дерева, на том месте, где начинается шапка дерева, снять кору вокруг, шириною на 5 см, то оперированное дерево на следующий год принесет плоды, если операция будет сделана весною. В доказательство этого русский садовник в 1799 г. сделал опыт на одной ветке вишни, и на следующий год ветка принесла плоды в первый раз, между тем как все другие остались бесплодными. Зеебах, описавший этот случай, сам произвел ту же операцию над 24-летним бесплодным деревом яблони в ясный мартовский день, а осенью того же года получил на том дереве плоды.

78. Нагибание ветвей.

Слава открытия этого способа принадлежит отдаленнейшим временам: ветвь, на которой нет плодов, стремится вверх и растет прямо; если же кто возьмет камень, привесит к ветви и нагнет ее книзу, тогда она дает плод. Ветки, пригнутые наклонно, уже в первое лето заготовляют плодовые почки, которые дают плод на второе лето; ветка, нагнутая очень низко, сохнет на конце, и потому положение ветки должно быть полунаклонное, и конец не ниже середины. Удобнее всего привязывать для этого ветки друг к другу мягкими бечевками.

79. Несколько правил для разреживания плодов у яблонь и груш.

1. Разреживание может значительно повышать ценность урожая. 2. Цель его — получение не гигантских плодов, которые легко подвергаются порче и в хозяйстве менее желательны, а плодов нормальной для данного сорта величины. 3. Разреживаются лишь ценные сорта фигурных деревьев, пирамидальных и кустарниковых, а не сорта с мелкими плодами и высоким стволом. 4. Разреживание производится лишь при обилии завязей, в противном случае достаточно лишь освободить последние от остатков цветов и уничтожить слабые. 5. Особенной осторожности требует разреживание сортов, которые сами по себе дают хорошие урожаи. 6. В одном пучке оставляют не более двух плодов; желательно было бы оставлять лишь один, но это возможно только, если дерево густо обвешено. 7. По два плода оставляют в благоприятных для роста местах, на солнце; в тени и внутри дерева — по одному. 8. Удаляются сначала плоды поврежденные; лучший — обыкновенно средний плод, но когда оставляют два плода, надо выбирать боковые. 9. Отдается предпочтение, принимая во внимание их дальнейшее развитие, плодам хорошо расположенным, не прижатым к веткам, не сидящим на концах длинных плоских ветвей, которые бы впоследствии под их тяжестью чересчур сгибались. 10. Поврежденные личинками плоды собираются и сбрасываются в бочку с водой. 11. Для прореживания предпочтительнее употреблять короткие острые ножницы, чем нож. 12. Темные засохшие цветы должны уничтожаться.

80. Как заставить плодоносить фруктовые

ря, надо отаптывать плодовые деревья на величину их кроны. Отаптывание делается почти каждый раз после выпадения нового снега. Весной отоптанный снег тает и впитывается в землю. По мере того как она тает весной, надо набавлять его, свозя сугробы, накладывая снег под плодовые деревья, и чем в больших размерах будет сделана эта работа, тем больше будут гарантированы плодовые деревья от засухи в текущее лето.

82. Чем укрывать на зиму корни плодовых деревьев?

Самое важное дело для содовода северной и средней России — это сохранение на зиму от морозов корней и стволов плодовых деревьев. Хорошо, если с самой осени выпадет глубокий снег и не стает до самой весны, но так случается редко. Ствол дерева принято обыкновенно обвязывать соломою или лапками ели, можжевельника и другим материалом, имеющимся под руками. Приствольную почву укрывают в большинстве случаев навозом, чтобы предохранять от замерзания корни. На деле оказывается укрывать навозом корни дело довольно рискованное. Однажды осенью я покрыл довольно соломистым навозом несколько десятков яблонь, а весною почти половина яблонь была повреждена мышами, кора на некоторых была обглодана кругом. Затем попробовал делать покрышку навозом без соломы — и тут вышла неудача, отчасти, положим, виною этому был сам, так как весною мне следовало бы навоз вскопать и смешать с землею, я вместо этого оставил его лежать наверху, от этого завелись навозные жуки и их личинки немало испортили корней. В настоящее время материалом для покрышки корней мне служит кострика, а иногда сырой болотный мох, а на мох или кострику набрасываю лапок ели или пихты, десятка по два штук. Такую покрышку я нахожу удобною во всех отношениях. Молодые стволы и крону обвязываю обыкновенной газетною бумагою и завязываю мочалой. Для того же, чтобы корою и побегами яблонь не полакомились грызуны (зайцы, мыши), бумагу пропитываю керосином. И вот уже как три года я совершенно спокоен за свои плодовые деревья. Бумага, напитанная керосином, предохраняет от грызунов а также прекрасно предохраняет и побеги от обмерзания. При этом считаю нужным добавить, что при обвязке не нужно жалеть бумаги и каждый раз обвязывать мочалою, иначе же необвязанная мочалою бумага от дождей размокнет.

83. Влияние разрыхления почвы на развитие корневой системы.

Развитие корневой системы у культурных растений зависит не только от рода почвы, но также и от способа обработки ее. Различное развитие корневой системы деревьев показывает, насколько важно обращать внимание на обработку почвы в плодовом саду. Сорная растительность не только уменьшает поступление в почву дождевой воды, но и сама иссушает почву, благодаря испарению влаги листьями. Вот почему дерево, растущее на задернелой почве, не находя достаточно влаги, а отчасти и необходимых питательных веществ в верхних слоях почвы, устремляет свои корни вглубь, тогда как дерево, растущее на почве разрыхляемой, а потому и более влажной и более богатой питательными веществами, развивает корни в более поверхностных слоях почвы. Такое дерево лучше воспринимает питательные вещества и дает лучшие урожаи.

84. О водяных побегах.

Следует придавать большое значение правильному уходу за водяными побегами (волчки, жировые побеги):

деревья на ней растут и плодоносят недолго. Поэтому такую посадку можно рекомендовать лишь любителям, и то в весьма ограниченных размерах (до 10 — 15 деревьев). Наиболее подходящими являются карликовые деревья, которые там являются и более долговечными. В противоположность сказанному на песчаной почве плодовые деревья могут идти прекрасно и давать хорошие урожаи, если под почвою является глина. В этом случае, если на участке сажается более 20 деревьев, то следует предпочесть не отдельную подготовку почвы для ям, а подготовку почвы перевалом всего участка, при внесении достаточного количества компоста или перегнившего навоза с добавлением извести.

75. Новый способ перепрививки под кору.

При перепрививке под кору более толстых сучьев от помещения прививочного черенка под кору последняя тем больше отстает в обе стороны, чем толще кора. Желая избавиться от такого неудобства советуют делать на прививаемом суку не один разрез, как общепринято, но два параллельных разреза на таком расстоянии друг от друга, как это требуется толщиною прививочного черенка. Вследствие этих разрезов, из коры образуется как бы язычок, верхний конец которого отодвигается от древесины, и затем черенок вдвигается под этот язычок. Последний держит черенок так же хорошо, как при одном разрезе, остается только место прививки обвязать рафиею и обмазать порезы садовым варом. Так как при таком способе прививки кора отстает только на толщину черенка, то можно вставить больше черенков, чем при обыкновенном способе, а это представляет выгоду в том отношении, что при большем количестве черенков конец прививаемого сука скорее обрастет. Кроме того, можно в таком случае вставить один черенок толще и длиннее других, которые предназначены исключительно для залечивания раны и потому должны быть короткими. При вставлении черенка необходимо иметь в виду, что нельзя вдвигать его слишком глубоко, а необходимо сделать это так, чтобы от среза черенка оставалось еще около двух миллиметров снаружи. Этим облегчается отложение камбия на срезе черенка, благодаря чему рана зарастет скорее. Кто уже привык резать с пяткою или с уступом — пусть продолжает поступать так. Но и без этого принимается каждый черенок, если только он не страдал от мороза, что нередко случается с более нежными сортами.

76. Как следует отнимать сучья при очистке и моложении дерева.

Обрезка или отпилка сучьев, с целью чистки или моложения плодового дерева в свою очередь требует соблюдения некоторых общих правил, при нарушении которых названная операция приносит дереву более вреда, нежели ожидаемой от нее пользы. При неумелом или небрежном отделении от дерева сучьев, раны затягиваются очень медленно и крайне несовершенно, причем нередко появляется гниль, а за нею — и дупловатость ствола. При отпиливании сучьев прежде всего необходимо предупреждать откалывание под конец работы остающейся на дереве части их. Для этого лучше всего толстые сучья отпиливать сначала на 0,7 м дальше назначенного места и затем уже подпиливать оставшуюся часть сперва снизу а потом сверху. При этом способе отделения нечего опасаться столь вредных для дерева отколов. Каждый удаляемый сук должен быть отпиливаем или отрезаем таким образом, чтобы оставалось только основание сука, и чтобы плоскость разреза шла косо кверху. Другими словами, плоскость разреза должна начинаться в пазухе сука, у самого его основания, и быть перпендикулярна к его оси. Тогда нижняя часть основания сука остается при дереве, и рана пол-

остатков цветов и уничтожить слабые. 5. Особенной осторожности требует разреживание сортов, которые сами по себе дают хорошие урожаи. 6. В одном пучке оставляют не более двух плодов; желательно было бы оставлять лишь один, но это возможно только, если дерево густо обвешено. 7. По два плода оставляют в благоприятных для роста местах, на солнце; в тени и внутри дерева — по одному. 8. Удаляются сначала плоды поврежденные; лучший — обыкновенно средний плод, но когда оставляют два плода, надо выбирать боковые. 9. Отдается предпочтение, принимая во внимание их дальнейшее развитие, плодам хорошо расположенным, не прижатым к веткам, не сидящим на концах длинных плоских ветвей, которые бы впоследствии под их тяжестью чересчур сгибались. 10. Поврежденные личинками плоды собираются и сбрасываются в бочку с водой. 11. Для прореживания предпочтительнее употреблять короткие острые ножницы, чем нож. 12. Темные засохшие цветы должны уничтожаться.

80. Как заставить плодоносить фруктовые деревья.

Некоторые плодовые деревья, развивая в чрезмерном количестве вегетативные органы, отказываются плодоносить. Для исправления их можно рекомендовать следующий прием. Начиная с июня и до середины сентября, вносят под эти деревья через каждые 3-4 недели суперфосфатное удобрение в количестве 40 граммов на каждый квадр. метр. Весьма важно закапывать суперфосфат не только по окружности, соответствующей кроне дерева, но и выходя за пределы ее почти на 2 метра. Другие плодовые деревья, наоборот, развивают много плодовых почек, но мало листвы и вообще вегетативных органов, почему также плодоносят худо. Для исправления их рекомендуется вносить уже не суперфосфат, а чилийскую селитру, начиная с конца мая и до середины августа, в количестве 16 граммов на каждый квадр.метр. Вносить селитру лучше всего в дождливую погоду, не заделывая в землю.

81. Как оградить от засухи плодовый сад?

Достаточная влажность почвы играет огромную роль в плодоводстве. Не только на юге, но и в средней полосе России в сухое и жаркое лето на плодовых деревьях раньше срока начинают желтеть и опадать листья, и это дурно влияет на плоды или же задерживает появление и развитие плодовых почек, готовящихся к следующему году. Поливка деревьев во время засухи — это огромный труд, пользы же от такой поливки немного, потому что напоить деревья и тем более старые, корни которых глубоко в земле, почти невозможно. Для того чтобы плодовые деревья не страдали в сухое и жаркое лето, нужна подпочвенная вода, которая и будет питать их корни в глубине. Как привлечь подпочвенную воду, я сейчас скажу. Мой сад ни в какие годы не страдал от засухи, в окрестных садах листья на плодовых деревьях желтели и сваливались, а у меня деревья стояли зелеными и вполне здоровыми. В моем саду есть маленький пруд (до 4 метров глубины), и кругом сада идет вал с глубокими и широкими канавами по его бокам. По валу растут огромные, старинные деревья. Во время таяния снега пруд и канава наполняются водой, задерживают ее, и она постепенно впитывается в подпочву. В пруду вода стоит все лето, даже в самое сухое. Если бы их не было, вода от тающего снега сбегала бы и мало пропитывала бы промороженную почву. Если невозможно иметь пруда, то прорыть канавы кругом сада или в саду вполне возможно всякому садоводу. Можно вырыть ямы в разных местах сада и этим задержать воду от тающего снега или от дождя. Чем больше будет такой задержанной воды, тем богаче будет подпочва запасами влажности для наступающего лета. Кроме этого, зимой, начиная с янва-

корневой системы.

Развитие корневой системы у культурных растений зависит не только от рода почвы, но также и от способа обработки ее. Различное развитие корневой системы деревьев показывает, насколько важно обращать внимание на обработку почвы в плодовом саду. Сорная растительность не только уменьшает поступление в почву дождевой воды, но и сама иссушает почву, благодаря испарению влаги листьями. Вот почему дерево, растущее на задернелой почве, не находя достаточно влаги, а отчасти и необходимых питательных веществ в верхних слоях почвы, устремляет свои корни вглубь, тогда как дерево, растущее на почве разрыхляемой, а потому и более влажной и более богатой питательными веществами, развивает корни в более поверхностных слоях почвы. Такое дерево лучше воспринимает питательные вещества и дает лучшие урожаи.

84. О водяных побегах.

Следует придавать большое значение правильному уходу за водяными побегами (волчки, жировые побеги); отсутствие урожаев очень часто обусловливается именно неумелым уходом за водяными побегами. Такие побеги появляются вследствие сильной и неправильной обрезки. Если срезать все ростовые побеги в нижних частях ветвей, как это часто делают, то летом в местах срезов обычно появляются водяные побеги. Этого, конечно, следует избегать. Далее водяные побеги появляются очень часто после суровых зим, когда отмирают верхушки деревьев. При сильном повреждении старой древесины такие водяные побеги могут с успехом служить для образования новой кроны. Точно также можно пользоваться водяными побегами, появляющимися после поломки ветвей (навал снега, град и проч.). После усиленного плодоношения нередко в верхних частях кроны прекращается образование побегов и одновременно появляются водяные побеги у основания кроны. Здесь сама природа указывает нам, что пора приступить к моложению наших деревьев. При этом не следует удалять побегов, находящихся ниже водяных отпрысков, так как укорачиванием можно их обратить в плодовые ветви. Моложение особенно часто приходится применять к сортам чрезмерно плодоносящим, как, например, Зимний Золотой Пармень, который на малоплодородных почвах нередко дает водяные побеги уже на 30-м году. При прочистке (осветлении) крон у таких деревьев никогда не следует удалять всех водяных побегов, так как они дадут начало молодым ветвям взамен старых, истощенных и приносящих плохо развитые плоды. Водяные побеги могут появляться и в том случае, если дерево находит в почве чрезмерно обильную пищу; чем старательнее мы будет удалять водяные побеги у такого дерева, тем с большей силой будут появляться новые. Поэтому было бы ошибочно удалять все такие водяные побеги; лучше вырезать лишь густо стоящие, остальные же укорачивать для образования плодовых ветвей.

85. Обвязка деревьев.

При нормальных условиях роста плодового дерева вряд ли может возникнуть вопрос о необходимости или полезности обвязки штамба. Наоборот, можно предположить, что обвязка штамба соломой, мхом и проч. окажет неблагоприятное влияние. В самом деле, обвязка предохраняет штамб от действия солнца и тем изнеживает его; солнечные лучи способствуют образованию более крепких, прочных клеток,— наоборот, под обвязкой будут образовываться этиолированные слабые клеточки, которые плохо будут сопротивляться как морозу, так и нагреванию летними солнечными лучами, если случайно удалить обвязку; для действия же мороза обвязка, конечно, значения не имеет, так как и дерево, и солома (или мох) принимают температуру окружающего воздуха. Есть, однако, ус-

ловия, при которых обвязка может быть весьма полезной. В первый год после посадки обвязывание штамбов соломою, мхом и проч. оказывает весьма благотворное влияние. Свежепосаженное дерево вследствие повреждения корней очень часто не может пополнять расхода влаги, вызываемого испарением листвы, а частью и самого штамба и ветвей; вследствие этого штамб сморщивается, а это в свою очередь затрудняет передвижение воды. Если одновременно дерево будет подвергаться действию прямых солнечных лучей (ожоги) и суховеев, то кора еще более сморщится, и дерево легко может совершенно погибнуть. Если же мы обвяжем ствол свежепосаженного дерева соломой или мхом, то значительно парализуем действие ветра и солнечных лучей и защитим кору от высыхания и сморщивания. Кроме того, в первый год посадки дерево растет очень умеренно, и потому опасность "изнеживания" значительно уменьшается. Обвязка может быть снята среди лета или весной следующего года. Осенью снимать обвязки не следует, так как в этом случае лучше оставить ее и на зиму, как мы увидим ниже. Что *касается давно* посаженных *деревьев, то их* полезно обвязывать лишь в таком *случае,* если они имеют более или менее значительные повреждения коры. В этом случае временная обвязка будет точно также препятствовать иссушению коры, особенно в местах повреждения; благодаря этому деятельность камбия будет более энергична, а стало быть, и заживление пойдет более успешно. Ясно, что чем влажнее климат данной местности, тем менее необходима обвязка в описанных случаях; в местностях, страдающих от избытка влаги, обвязка может оказаться даже вредной. До сих пор мы имели в виду обвязку штамбов на лето; обвязку на зиму можно рекомендовать во всех случаях без исключения. В самом деле, роста клетки зимой не происходит, и потому изнеживающего влияния обвязка оказать не может; вместе с тем обвязка значительно предохраняет кору деревьев от "обморозов". Конечно, как уже указано, обвязка не согревает дерева, она лишь умеряет колебания температуры; кора же плодовых деревьев страдает именно от колебаний температуры. В действительности подобные колебания температуры бывают очень часты, и именно в самое холодное время зимы, когда вслед за значительным охлаждением дерева за ночь (к утру бывает самая низкая температура) утром лучи восходящего солнца сразу начинают нагревать кору, благодаря ее темному цвету. Вот почему, когда окружающий воздух имеет еще температуру близкую к ночной, кора дерева может быть нагрета на много градусов выше. Эти быстрые колебания температуры и губят более нежные наши деревья. Если же стволы обвязаны соломой или мхом, то солома отражает лучи солнца, а мох, если и нагревается, то не передает своей теплоты коре. Таким образом кора принимает лишь температуру окружающего воздуха, а колебания температуры воздуха далеко не так велики, как колебания температуры коры ночью и при солнечном освещении.

86. Утаптывание снега в садах.

Если зима изобилует снегом, этим обстоятельством следовало бы воспользоваться каждому садовладельцу в целях сохранения влаги между плодовыми насаждениями. В весеннее время при наличии достаточного количества влаги в почве деревья образуют хорошее развитие зелени, и это обстоятельство благоприятно отражается на дальнейшем росте и здоровье каждого сада; а потому сохранение влаги в саду ранней весной должно составлять первую за-

да спадает, принявшиеся и распустившиеся деревца сажают совсем с корзинами на места в саду, где они, не останавливаясь в росте, до зимы успевают настолько окрепнуть, что без труда переносят разливы будущего года и дальнейшие.

90. Наилучшее время для поливки садов.

Лучшим временем для поливки садов является поздняя осень и начало зимы, когда листья на деревьях побиты морозом и осыпались, а погода настолько холодная, что дерево не может тронуться в рост. Действие поливки деревьев в зиму поразительное, и мы рекомендуем испытать благотворное влияние на рост плодовых деревьев поливки в это время года. Причину благотворного влияния поливки в зиму на прирост и плодоношение плодовых деревьев видят в накоплении в почве запаса влаги для следующего вегетационного периода и в большей промерзаемости влажной почвы, вследствие чего происходит разрушение минеральных частиц почвы и переход их в более удобоусвояемое для корней состояние. Вода, влитая нами под дерево, как бы обильно мы его ни полили, промочит землю не более как на 30 — 35 см. Затем из верхнего слоя, сильно смоченного водою, влага идет вглубь очень медленно, на четверть в месяц на плотных почвах и более на легких. К началу весны вода проникает, следовательно, на 1,5 м и более, смотря по роду земли, и затем в течение весны и лета, ко времени налива плодов, влага будет иметься у дерева в достаточном количестве на такой глубине, на которую земля не просыхает в самые сухие годы. А второе благотворное действие поливки в зиму заключается в том, что влажная земля промерзает очень глубоко и через то делается плодороднее. Кроме того, во влажной земле при небольшом тепле, всего в 6°, происходит брожение, от которого в земле вырабатываются питательные соли. Ранняя весенняя поливка до распускания почек полезна более поздней, так как вода успеет опуститься глубоко к самому жаркому времени, хотя далеко не так глубоко, как при поливке в зиму.

91. Уборка плодового сада на зиму.

Главная обязанность садовода в осеннее время — приготовить для плодового дерева наивозможно большее количество питательных веществ ко времени его пробуждения. Для этой цели служит поверхностное удобрение почвы под деревьями следующим образом: приствольные круги плодовых деревьев и ягодных кустарников должны быть — по сборе урожая — перекопаны, и затем на эту взрыхленную землю кладется слой конского навоза, если земля в саду глинистая, если же песчаная, то лучше удобрять навозом рогатого скота. Навоз кладется слоем в 10 — 15 см по окружности кроны дерева, отступя от ствола на 15 — 20 см. Положенный таким образом навоз, подвергаясь влиянию дождевых и снеговых вод, будет передавать через взрыхленную землю питательные соки корням дерева и, кроме того, будущей весной при наступлении тепла будет задерживать влагу в области корней от испарения. Помимо удобрения земли осенью в плодовом саду, заботы садовода должны быть в это время направлены к тому, чтобы к весне подготовить более правильное движение соков в дереве. Для этого следует прореживать кроны плодовых деревьев путем вырезывания всех лишних, тонких и слабых побегов, молодые же сильные побеги укорачиваются для того, чтобы вызвать приток питательных веществ к почкам, находящимся на нижней части побегов, благодаря чему эти почки могут быть превращены

Существует простое средство для предупреждения такой потери влаги и наиболее драгоценных частей почвы; достаточно для этого вырыть по склону ряд неглубоких (около 15 — 20 см) канавок, отстоящих друг от друга на 10 метров. Канавки роются по горизонталям склона, т.е., другими словами, они не должны служить для отвода воды, а вода должна в них спокойно всасываться в почву.

94. Как выращиваются красивые и вкусные плоды.

Принято думать, что плоды делаются тем красивее, чем дольше подвергаются действию солнечных лучей. Опыты, однако, этого не подтверждают; *напротив*, плоды, выросшие в мягкой тени, при *искусственно* вызванной высокой *температуре*, выигрывают в красоте и во вкусе, отчасти и в величине. Указанным условиям удовлетворяет обертывание плодов в тонкую бумагу; конечно, колпачки эти должны делаться достаточной величины, чтобы отнюдь не стеснять развитие плодов.

95. Опрыскивание плодовых деревьев.

Рекомендуют опрыскивание плодовых деревьев чистым раствором медного купороса (1 ф. купороса на 8 3/4 ведер воды) до распускания листьев весной или после опадения листьев осенью. Во время вегетации чистый раствор без примеси извести, опасен для молодых листьев. Он уничтожает не только паразитные грибки, но и зимующие яички зимней пяденицы, колечника, медяницы, тлей, а также и мох на деревьях. Советуют также опрыскивать и окулированные дички (снимая для этого обвязку и после снова ее надевая), так как тля осенью охотно забивается под обвязку. Второе и третье опрыскивание производится бордосской жидкостью с парижской зеленью (4 ф. медного купороса, 4-4 1/2 ф. негашеной извести, 50 граммов парижской зелени, 15-18 1/2 ведер воды). Второе опрыскивание — после образования, но до раскрытия цветов; третье,— главным образом, против плодожорки, после опадения лепестков цветов, когда чашелистики еще не сомкнулись над плодом. Этому моменту следует придавать большое значение, в смысле успеха опрыскивания; от уловления его зависит успех борьбы с плодожоркой. Поэтому если в саду посажены сорта, зацветающие в разное время, опрыскивание приходится применять несколько раз.

96. Уход за корой плодовых деревьев.

Кора дерева с возрастом теряет свою гладкость и покрывается отмершими большими или маленькими, так называемыми, чешуйками; от них кору нужно стараться освободить. Плотно прилегающие части коры полезны штамбам как средство защиты, данное им природою, от внезапного охлаждения или нагревания, от пересыхания или испарения. Здоровая кора есть одежда дерева, которая должна постоянно *хорошо очищаться, но не раздираться самым легкомысленным образом. Поэтому,* рекомендуется кору, сколько возможно, слегка соскабливать ножом, но при этом отнюдь не повреждать зеленый слой коры, лежащий под бурой корой. С оскабливанием чешуек коры удаляются мох и лишайники, очень часто служащие местопребыванием вредных насекомых. Очистка старых чешуек коры предпринимается лучше всего в сырую погоду осенью, так как в это время они легче отстают. Около очищаемых деревьев расстилают старую холстину, чтобы куски коры вместе с находящимися на них насекомыми, их личинками и куколками не падали на

много градусов выше. Эти быстрые колебания температуры и губят более нежные наши деревья. Если же стволы обвязаны соломой или мхом, то солома отражает лучи солнца, а мох, если и нагревается, то не передает своей теплоты коре. Таким образом кора принимает лишь температуру окружающего воздуха, а колебания температуры воздуха далеко не так велики, как колебания температуры коры ночью и при солнечном освещении.

86. Утаптывание снега в садах.

Если зима изобилует снегом, этим обстоятельством следовало бы воспользоваться каждому садовладельцу в целях сохранения влаги между плодовыми насаждениями. В весеннее время при наличии достаточного количества влаги в почве деревья образуют хорошее развитие зелени, и это обстоятельство благоприятно отражается на дальнейшем росте и здоровье каждого сада; а потому сохранение влаги в саду ранней весной должно составлять первую заботу каждого садовладельца. Как известно, снеговая вода несравненно мягче ключевой и колодезной воды, и всякие питательные вещества в почве растворяются сю значительно интенсивнее, чем, например, родниковою. Поэтому задержание снега в саду, а вместе с ним и снеговой воды, составляет важное обстоятельство в уходе за всеми плодовыми насаждениями. В теплую погоду, когда снег влажный и мягкий, его следует во всем саду уплотнить утаптыванием, а у кого много навоза и есть лишний, то по утаптывании покрыть его нетолстым слоем навоза. Весной по мере наступления тепла вообще земля оттает снизу раньше, чем успеет растаять снег, и вся вода от него впитается к корням дерева. В садах с уплоненным внегом рост яблонь, груш и проч. запаздывает на 1-1,5 недели, а это явление весьма важно в борьбе с вредителями садоводства. Благодаря воздушной теплоте, насекомые на деревьях выведутся, между тем развитие зелени задержалось уплотненным снегом, и вредители, не находя себе пищи в течение нескольких дней, умирают с голода или же из сада удаляются. Третья польза от утаптывания та, что медленным оттаиванием почвы отдаляется цветение сада на более теплое время, предупреждая, таким образом, опасность от утренников.

87. Поливка плодовых деревьев во время и после цветения.

*Такая поливка чрезвычайно хорошо действует на цве*тение деревьев и развитие плодов и, безусловно, необходима в формовой культуре, так как при отсутствии влажности в почве легко может наступить остановка в циркуляции соков, а от этого опадает много цветов. Перед поливкой вокруг дерева буравится несколько дыр на глубину 30-35 см, и уже в эти дыры вводится вода или разбавленная навозная жижа. Сила поливки определяется величиной дерева и свойствами почвы.

89. Как сажать плодовые деревья на участках, заливаемых полой водой.

Для того чтобы засадить участок, заливаемый полой водой, плодовыми деревьями, существуют три способа: первый — это посадка их на круглые "холмики", которые не покрываются водой. Холмики дожны иметь широкое основание от 2 до 4 м в поперечнике и высоту, сообразную с уровнем, до которого поднимается вода. Высокие и узкие холмики в плетнях, например, делать не следует. Деревца в них хотя и хорошо принимаются, но зимой они насквозь промерзают, и посадка гибнет. Второй способ — это сохранение посадок на леднике, до спада воды, после чего и сажают их по местам. Третий — самый лучший и верный,— это посадка деревцев ранней весной в небольшие [illegible] с хорошей землей и сохранение их где-либо на [illegible]ваемом месте до спада воды, после же того, как во-

за, если земля в саду глинистая, если же песчаная, то лучше удобрять навозом рогатого скота. Навоз кладется слоем в 10 — 15 см по окружности кроны дерева, отступя от ствола на 15 — 20 см. Положенный таким образом навоз, подвергаясь влиянию дождевых и снеговых вод, будет передавать через взрыхленную землю питательные соки корням дерева и, кроме того, будущей весной при наступлении тепла будет задерживать влагу в области корней от испарения. Помимо удобрения земли осенью в плодовом саду, заботы садовода должны быть в это время направлены к тому, чтобы к весне подготовить более правильное движение соков в дереве. Для этого следует прореживать кроны плодовых деревьев путем вырезывания всех лишних, тонких и слабых побегов, молодые же сильные побеги укорачиваются для того, чтобы вызвать приток питательных веществ к почкам, находящимся на нижней части побегов, благодаря чему эти почки могут быть превращены в плодовые ветки. При всякой обрезке нужно помнить, что обрезка, рост дерева и плодоношение находятся в зависимости одно от другого, почему и следует производить обрезку осмысленно, со знанием дела. Практикой доказано, что весенняя обрезка побуждает дерево в рост, тогда как осенняя способствует образованию плодовых почек. Осенью же одновременно с обрезкой можно производить очистку штамбов плодовых деревьев от мхов и лишаев и затем обмазать известковым молоком. Осенью же следует заняться сбором и уничтожением гнезд с гусеничками бабочки златогузки и яичек кольчатого и непарного шелкопряда.

92. Уборка на зиму ягодного сада.

Кусты крыжовника после сбора ягод осматриваются, все поломанные, поврежденные ветки удаляются, затем производится частичное обмолаживание, т.е. удаляется вырезкой часть старых 2 — 3-летних посадок, а взамен их оставляется такое же количество молодых однолетних побегов. Земля вокруг кустов рыхлится и удобряется навозным перегноем; кроме того, весною и осенью кусты крыжовника обсыпаются золою, которая не только обогащает почву калием, но еще препятствует размножению вредных насекомых и спор грибных паразитов, сильно вредящих крыжовнику. Об уходе за смородиной можно сказать то же самое, что сказано о крыжовнике. Что касается малины, то, как только плодоношение прекратилось, следует вырезать все 2-летние ветки, на которых в этом году были плоды. Все однолетние ветки следует укоротить, т.е. обрезать верхушки для того, чтобы оставшиеся нижние почки больше получили питательных веществ; хотя и советуют обрезать вершинки у малины весной, но это ошибочно, потому что малина продолжает расти и осенью, следовательно, много питательных веществ устремляется в вершину в ущерб нижним глазкам, и мы, обрезая вершину весною, бросаем оную вместе с запасом питательных веществ, отложенных в верхних почках. Земля на малиновой плантации осенью перекапывается и по возможности должна быть сильно удобрена навозом; до наступления сильных морозов малина пригибается к земле и в таком положении прикрепляется, чтобы ее покрыло первым выпавшим внегом, под которым она и перезимовывает вполне благополучно.

93. Задержание влаги в садовой почве.

У нас немало садов, расположенных на более или менее крутых склонах; особенно много таких садов при владельческих усадьбах. Весною во время таяния снега и летом во время сильных дождей верхний наиболее плодородный слой почвы сносится в этих садах вниз в долину; это относится к тем садам, которые правильно содержатся, и в которых почва постоянно вскапывается и рыхлится.

зываемыми, чешуйками, [illegible] освободить. Плотно прилегающие части коры полезны штамбам как средство защиты, данное им природою, от внезапного охлаждения или нагревания, от пересыхания или испарения. Здоровая кора есть одежда дерева, которая должна постоянно хорошо очищаться, но не раздираться самым легкомысленным образом. Поэтому, рекомендуется кору, сколько возможно, слегка соскабливать ножом, но при этом отнюдь не повреждать зеленый слой коры, лежащий под бурой корой. С оскабливанием чешуек коры удаляются мох и лишайники, очень часто служащие местопребыванием вредных насекомых. Очистка старых чешуек коры предпринимается лучше всего в сырую погоду осенью, так как в это время они легче отстают. Около очищаемых деревьев расстилают старую холстину, чтобы куски коры вместе с находящимися на них насекомыми, их личинками и куколками не падали на землю, и их можно было бы легко сжечь. К уходу за корой старых плодовых деревьев относится также обмазывание стволов и главных сучьев известковым молоком. Этим обмазыванием дополняется работа очистки коры, так как с помощью его уничтожаются мелкие образования мха и лишайников, и убиваются множество яичек насекомых и личинок.

97. Как узнать зимою, пострадали ли от морозов плодовые деревья и виноград?

Нужно срезать ветви деревьев и виноградные чубуки, затем внести их не сразу в комнату, а предварительно поставить в сенцах в ведро с холодною водою. Через ночь внести ведро с водою и с испытуемыми ветвями или чубуками в комнату, и к вечеру переложить испытуемые ветви и чубуки в высокий узкогорлый горшок и, налив в него воды, заложить тряпкой или лучше ватой отверстие горшка вокруг веток. Время от времени менять воду, и через несколько дней ветви зацветут, если плодовые почки не погибли. Также и чубук нальет главные почки и распустит листья, если эти почки не погибли. Но если погибли главные почки, могут уцелеть запасные, для чего необходимо выждать еще некоторое время, и если налива почек долго нет, то значит чубук мертвый.

98. Причины слабого плодоношения.

Слабое плодоношение плодовых деревьев наблюдается в двух видах: 1) деревья не образуют вообще плодовых почек и не цветут, 2) деревья нормально цветут, но не завязывают плодов, или же сбрасывают завязавшиеся молодые плоды вскоре после завязи их. Как на главную причину второго случая большинство садоводов указывает на несоответствующий выбор сортов, ибо при одних и тех же условиях культуры очень часто одни сорта систематически плодоносят, другие, несмотря на обильное цветение, не дают плодов. Это положение имеет, однако, чисто местное значение, так как сорт, малоплодоносный в одной местности, может оказаться вполне плодородным при других условиях культуры. Вторая причина слабого плодоношения — неблагоприятная погода во время цветения. Холод и жара, особенно же колебания температуры днем и ночью, а затем дождь — обстоятельства неблагоприятные для опыления и завязывания плодов. И в этом отношении сорт имеет большое значение, так как есть сорта, которые сравнительно легко переносят неблагоприятную погоду во время цветения. Третья причина — плохое оплодотворение (независимо от погоды), вызываемое плохим развитием цветов, что вызывается неблагоприятными условиями роста в течение лета предыдущего года. Кроме того, плохое оплодотворение наблюдается в тех случаях, когда различные сорта цветут разновременно, благодаря чему устраняется перекрестное опыление, самоопыление же у

плодовых деревьев дает обычно плохие результаты. Многие садоводы считают, что чрезмерно обильное цветение очень часто сопровождается плохим завязыванием плодов. Затем указывают как на причины плохого завязывания, на насекомых, недостаток почвенной воды, густое стояние деревьев (так, один и тот же сорт дает плоды при стоянии в открытом положении и остается без плодов, несмотря на обильное цветение, в густом саду), плохое проветривание почвы (отсутствие обработки и проч.), чрезмерно роскошный рост и проч.

99. Уход за поврежденными бурей деревьями.

Молодые деревья, поврежденные бурей, можно совершенно восстановить *энергичным*, быстрым и правильным оказанием помощи; точно так же поддаются хорошему уходу и старые деревья, не совсем вырванные, а только поврежденные бурей. Успех помощи зависит от того, в какое время года плодовые деревья пострадали от бури, и как велико повреждение. Если это случилось весной или поздней осенью, вырванные с корнем деревья нужно снова посадить, корни их обсыпать со всех сторон землей и тщательно поливать их. Пока дерево совершенно не укрепится, его нужно поддерживать воткнутым в землю колом или веревкой, протянутой с двух-трех сторон. Совершенно иначе приходится поступать, если сильная буря вырывает с корнями деревья летом. В большинстве случаев состояние вырванных деревьев таково, что при поднятии их многие корни обрываются и лишаются связи с землей. Там, где таким образом поднятие плодовых деревьев без дальнейшего вреда для них является невозможным, лучше оставить их лежать до конца полной вегетации, т.е. до поздней осени, или по крайней мере поднять их лишь настолько, насколько это возможно без значительного повреждения корней. Особенно вредно для дерева терять корни тогда, когда оно покрыто листьями. Если бывшее в цветущем состоянии и внезапно вырванное из земли во время роста дерево нельзя сейчас же поднять и привести в прежний вид, то нужно стараться, чтобы оно хоть не опускалось ниже на землю. Это достигается тем, что под него ставят подпорки; вверху же, между деревом и подпоркой, вкладывают тряпки или кусок кожи, чтобы по возможности предупредить возникновение ран. У вырванных с корнем деревьев стараются свободно торчащие в воздухе корни повернуть вниз и, если это невозможно, отрезают их косым надрезом. Как эти, так и все лежащие ниже неповрежденные корни следует как можно тщательней беречь от высыхания. Для этого дыры в земле, особенно кругом корней, наполняют землей и обильно поливают водой; вообще все голые корни, лежащие над землей, покрывают землей так, чтобы корней совсем не было видно. В позднюю осень, после окончания вегетационного периода и после опадения листьев, можно без риска поднимать поврежденные бурей деревья, причем, однако, и здесь нужно прилагать много старания, чтобы как можно меньше повредить корни. Совсем без вреда для них поднять плодовые деревья, конечно, нельзя, но все-таки это будет вред гораздо меньший, чем во время вегетационного периода. Если таким образом ухаживать за поврежденными деревьями, то они накапливают столько питательных веществ, что в продолжение следующей весны очень легко образуют новые корни.

100. Как укрепить дуплистые деревья?

Прежде всего, где это выполнимо, нужно дупло тща-

102. Обмазка деревьев известковым раствором.

После такой операции деревья заметно улучшаются, ствол и ветви, не стесняемые отжившей корой, свободно утолщаются, и вообще дерево получает здоровый вид, а плоды обильно завязываются, даже на деревьях, переставших родить. После указанной выше очистки признается весьма полезным произвести обмазку стволов и толстых сучьев известковым раствором. Для этой цели нужно брать известь негашеную или кипелку. Известь гасится в кадке и разводится водой до густоты молока. Для более прочного прикрепления извести к коре, некоторыми прибавляется к известковому молоку коровий помет и глина, но этого делать не рекомендуется в последнее время, чтобы не ослаблять тех свойств извести, ради которых она употребляется. Обмазка известковым молоком, так же, как и очистка, производится в период покоя дерева — осенью, по спадении листьев и весною до распускания почек. В последнее время рекомендуется не ограничиваться обмазкой стволов и толстых веток, а производить опрыскивание известковым молоком всего дерева со всею кроною. Побелку или опрыскивание деревьев рекомендуется производить два раза в год: осенью по опадении листьев и весною до распускания почек. Если же приходится ограничиваться одним разом, то целесообразнее делать это весной.

103. Как следует производить прикопку плодовых деревьев.

Для прикопки деревьев делаются рвы настолько глубокие и широкие, чтобы в них могли поместиться все корни выкопанных для посадки деревьев и могли быть прикрыты сверху на 9 — 12 см над корневою шейкою. В приготовленные рвы устанавливаются деревья возможно густо, но так, чтобы корни их не переплетались между собою; последнее делается с той целью, чтобы, вытаскивая деревья поодиночке, не тревожить и не повреждать соседних корней. При прикопке питательность почвы играет второстепенную роль, так как в данном случае назначение почвы — сохранять корни от различных внешних вредных влияний. Необходимо, однако, иметь ввиду, что, хотя состав почвы и безразличен, но следует остерегаться прикапывать деревья в компост и вообще во все, что сильно выделяет теплоту, иначе корни прикопанных деревьев легко преют, покрываются плесенью и пропадают; следует, наконец, остерегаться прикапывать вместе с корнями значительные количества соломы, мха или травы, ввиду того что все эти вещества привлекают мышей и крыс, повреждающих корни. Прикапывать можно, даже если почва сильно охлаждена, лишь бы она не была совершенно замерзшей.

104. Прикопка деревьев.

В России прикапывать саженцы всего лучше целиком, т.е. лучше всего класть их в канавки с ветками и засыпать землею с вершиною: на корнях покрышка земли должна быть толщиною в 50 — 70 см, а на стволе и ветвях в 35 см. Ветви при этом связываются в пучок. Место следует выбирать сухое, защищенное, весною поздно оттаивающее, по возможности на южном склоне. Землю на покрышку берут рыхлую. Где бывают сильные морозы, там можно поверх земли еще прикрыть навозом, но не ранее, как промерзнет земля, иначе мыши наделают немало бед. Впрочем, в местах, где нередки так называемые гнилые зимы, следует остерегаться покрышки из навоза или листьев, которые легко преют и могут попортить прикопанные деревья. В этих случаях рекомендуем помимо более глубокой закопки, прикрышку из тростников, а где можно

жет быть двоякая: 1) защита дерева от метеорологических влияний и 2) борьба с некоторыми насекомыми, грибами и лишаями. В первом случае, применяя обмазку коры известью с глиной, увеличивают ею защитный от палящих солнечных лучей изоляционный слой обмазки, имеющей целью предохранять от сильного нагрева верхние слои коры в то время, когда еще не прошла опасность сильных весенних заморозков, сменяющих солнечную жаркую погоду раннею весною. Ту же цель имеет и побелка деревьев чистою, белою известью, без глины; но в первом приеме эта цель достигается окутыванием дерева плохо пропускающим теплоту слоем, во втором же — преимущественно белым цветом извести, отражающим солнечные лучи. Осенью, по-видимому, кора очень редко страдает от мороза (за исключением совершенно молодой коры на неодеревенелых побегах). Значит, побелку и обмазку известью с глиной для защиты деревьев от неблагоприятных метеорологических факторов необходимо было бы произвести очень рано весной или даже правильнее зимой, до появления солнечных опасных теплых пригревов. Но в это время года морозная погода в большей части России не дает возможности выполнять надлежащим образом этой работы, и ее приходится отодвигать как бы назад, до осени, зная, что пользу-то она принесет, главным образом, только весной. Этой осенней побелки, собственно обмазки, деревьев известью с глиной достаточно, и повторять ее весной нет необходимости. При борьбе с некоторыми вредными насекомыми, грибами и лишаями нельзя дать общего указания, как употреблять известь: все зависит от врага, но преимущественно следует брать только чистую, при том едкую, т.е. свежегашеную известь, а не долго лежалую, превратившуюся уже в углекислую. Ею следует белить деревья при помощи насосов сплошь со всеми почками до мельчайших разветвлений в нужный момент, причем часто достаточно одного раза. Опасаться, что обмазка деревьев уменьшит доступ воздуха, нужного для дыхания коры, нет основания: как через тончайший слой чистой извести с глиной, так и через более толстый, но пористый слой его пройдет более чем достаточно для дыхания коры. Света обмазка такая тоже задержит менее, чем омертвелая, непрозрачная корка на коре, так что и от этого вреда не приходится ждать.

107. Опрыскивание деревьев раствором извести.

Опрыскивание деревьев известковой эмульсией (раствору извести не дают отстаиваться путем непрерывного взбалтывания при опрыскивании) производилось на участке в 35 соток, причем одни и те же деревья опрыскивались два раза — осенью и весною. От опрыскивания получились следующие результаты: все мхи и лишаи на толстых сучьях и ветвях постепенно отстают; очищаются они и на коре между плодовыми веточками. Вреда плодовым почкам от опрыскивания известью не замечено. Весьма вероятно, что подобным опрыскиванием уничтожено множество вредных зародышей и яичек насекомых; в том числе повреждены яички яблоневой медяницы. Опрысканные деревья имеют прекрасный вид. Получился хороший прирост ветвей на довольно старых деревьях; листья были крупны, темно-зеленого цвета. Для приготовления раствора известь берется комковая (не распушенка) и гасится водою часа за 2-3 до опрыскивания. Полученный раствор в виде сливок или жидкой сметаны прежде чем поступить в кадку опрыскивателя процеживается через густое кухонное решето. Без такого процеживателя наконечники

поливают водой; вообще все голые корни, лежащие над землей, покрывают землей так, чтобы корней совсем не было видно. В позднюю осень, после окончания вегетационного периода и после опадения листьев, можно без риска поднимать поврежденные бурей деревья, причем, однако, и здесь нужно прилагать много старания, чтобы как можно меньше повредить корни. Совсем без вреда для них поднять плодовые деревья, конечно, нельзя, но все-таки это будет вред гораздо меньший, чем во время вегетационного периода. Если таким образом ухаживать за поврежденными деревьями, то они накапливают столько питательных веществ, что в продолжение следующей весны очень легко образуют новые корни.

100. Как укрепить дуплистые деревья?

Прежде всего, где это выполнимо, нужно дупло тщательно вылущить скребком или киркой и смазать его смолой при помощи обыкновенной щетки. Затем заполняют дупло смесью из 3/5 цемента и 2/5 речного песку, хорошо перемешанных в сухом состоянии, и каждый раз на высоте 15 см насыщают смесь водой; так продолжают, пока будет выполнено все дупло. Первые три дня нужно в дупло еще добавлять воды — это защищает дерево от дальнейшего гниения. Если дерево высокое и дупло большое, этим ограничиться нельзя. Нужно еще на верхнюю часть ствола, под самыми сучьями, наложить железный обруч, состоящий из двух половинок, снабженных тремя крючками. Кольцо делается немного больше, чем окружность ствола и может быть стянуто или распущено, смотря по надобности. Под кольцом делается на коре обмотка из тряпок. Укрепив кольцо, протягивают через крючки хорошо оцинкованную железную проволоку толщиною в 5 мм и туго притягивают их к трем железным кольям, глубоко вбитым в землю на равном расстоянии, около трех метров от ствола. Такое укрепление дает надежную защиту против самых сильных бурь.

101. Очистка деревьев от мха и лишайников.

Мхи и лишайники, облепляя кору, задерживают на ее поверхности влагу; сырость проникает во все трещины и содействует загниванию коры, а там и древесины. Трутовики отнимают у дерева его соки и тем истощают его. Струпья отставшей старой коры являются прекрасным приютом для массы вредных насекомых. Мхи и лишаи можно уничтожить соскабливанием их скребками или заостренными наподобие ножа дощечками. Наиболее удобное время для очистки деревьев — после дождя или вообще сырая погода, когда мхи и лишаи легко отстают от коры целыми пластами. Кому кажется мешкотной такая работа, тот может прибегнуть к другому средству. Так, советуют обмазывать деревья, покрытые мхом, раствором щелока, к которому прибавлено 250 — 300 граммов карболовой кислоты на ведро. Щелок приготовляется из древесной золы, на ведро воды берется 10 — 15 фунтов золы; обмазка производится простыми самодельными мочальными кистями; результаты обмазки сказываются уже через несколько дней, особенно если брать теплый щелок; мох и лишаи сваливаются в течение более или менее продолжительного времени. Рекомендуется обмазка или опрыскивание деревьев, покрытых мхом, 10% раствором железного купороса, а также раствором: 6 фунтов древесной золы, 1 фунта соли, 1 фунта простого или зеленого мыла и рюмки скипидара на ведро воды. Трутовики необходимо отбить, место их прикрепления хорошенько вычистить и также обмазать раствором. Для этих операций самым подходящим временем является осень до морозов и ранняя весна.

104. Прикопка деревьев.

В России прикапывать саженцы всего лучше целиком, т.е. лучше всего класть их в канавки с ветками и засыпать землею с вершиною: на корнях покрышка земли должна быть толщиною в 50 — 70 см, а на стволе и ветвях в 35 см. Ветви при этом связываются в пучок. Место следует выбирать сухое, защищенное, весною поздно оттаивающее, по возможности на южном склоне. Землю на покрышку берут рыхлую. Где бывают сильные морозы, там можно поверх земли еще прикрыть навозом, но не ранее, как промерзнет земля, иначе мыши наделают немало бед. Впрочем, в местах, где нередки так называемые гнилые зимы, следует остерегаться покрышки из навоза или листьев, которые легко преют и могут попортить прикопанные деревья. В этих случаях рекомендуем помимо более глубокой закопки, прикрышку из тростников, а где можно — из хвойных деревьев. Что касается повреждения мышами прикопанных саженцев, то во избежание этого рекомендуется наполнять промежутки между ними еловыми или можжевеловыми ветвями, колючие иглы которых хорошо предохраняют саженцы от мелких грызунов. Где нельзя достать еловых или можжевеловых ветвей, там можно с тою же целью пропитать теплой смолою несколько кусков шерстяной материи или несколько пеньковых шариков и разложить их в разных местах покрышки.

105. Исправление неправильной посадки плодовых деревьев на крутом склоне.

Сад расположен на крутых буграх, причем верхний слой почвы постепенно сползает вниз, и деревья с каждым годом все больше и больше наклоняются вперед. Почва — почти сплошная глина. В таких исключительных условиях разведение сада возможно только широкими террасами, причем стены этих террас следует одевать плетнем. Если деревья уже не могут вынести пересадки, то рекомендуют следующий способ исправления посадки: отступя от ряда деревьев на 2 — 2,5 м вверх по бугру, надо наметить линию, по которой должна пройти стена террасы. По этой линии прорывается канава в 50 см ширины, глубина канавы будет зависеть от крутизны ската. Когда канава будет кончена, подрываются под деревья, стараясь возможно меньше портить корней; в то же время вокруг каждого дерева на расстоянии 1,0 — 1,5 м от штамба (смотря по возрасту дерева) вырывают самую узкую канаву 50 — 60 см глубины. Когда из-под дерева будет удалена старая глинистая земля, под ним в стороне подъема ската будет образовано значительное углубление, достаточное для того, чтобы дерево приняло нормальный, отвесный вид, если его, вместе с глыбой земли на корнях нагнуть в образовавшееся углубление. Чтобы корни, обнаженные книзу, при подкопке под дерево, не были изуродованы, когда дерево опустится, под него следует подсыпать слой в 20 — 25 см рыхлой, сильной земли, на которой и разместятся корни. Словом, надо подкопать каждое дерево, со стороны подъема бугра, настолько, чтобы, опустившись в это углубление, дерево стало отвесно. Когда эта работа будет выполнена и будут образованы террасы, канавы, которыми окапывались деревья кругом, должны быть также заполнены сильной дерновой землею, смешанной с совершенно разложившимся перегноем и т.п. веществами.

106. Обмазка деревьев смесью извести с глиной.

Садоводы не сходятся в мнениях, нужно ли плодовые деревья обмазывать смесью извести с глиной осенью и весной или только осенью, или же совсем не обмазывать, предоставив кору дерева доступу воздуха и света. В этих вопросах необходимо иметь в виду, что цель обмазки мо-

ке в 35 соток, причем одни и те же деревья опрыскивались два раза — осенью и весною. От опрыскивания получились следующие результаты: все мхи и лишаи на толстых сучьях и ветвях постепенно отстают; очищаются они и на коре между плодовыми веточками. Вреда плодовым почкам от опрыскивания известью не замечено. Весьма вероятно, что подобным опрыскиванием уничтожено множество вредных зародышей и яичек насекомых; в том числе повреждены яички яблоневой медяницы. Опрысканные деревья имеют прекрасный вид. Получился хороший прирост ветвей на довольно старых деревьях; листья были крупны, темно-зеленого цвета. Для приготовления раствора известь берется комковая (не распушенка) и гасится водою часа за 2-3 до опрыскивания. Полученный раствор в виде сливок или жидкой сметаны прежде чем поступить в кадку опрыскивателя процеживается через густое кухонное решето. Без такого процеживателя наконечники опрыскивателя будут часто засариваться.

Самое опрыскивание следует производить возможно тщательно, не пропуская ни одной ветви. Если скоро после опрыскивания пойдет дождь, то это особого значения не имеет, так как слой извести удерживается на ветвях достаточно крепко, в особенности при прибавлении к раствору простого или лучше зеленого мыла, в количестве 50 граммов на ведро раствора.

108. Работы в старом, запущенном саду.

Для приведения в порядок и урегулирования довольно значительного, но не ежегодного плодоношения старого, запущенного сада надо произвести, главным образом, следующие работы: 1) Усилить питание деревьев соответствующим уходом за почвой в саду обработкой поверхности до состояния черного пара, вводя в нее преимущественно туда, где распространены наиболее мелкие корни, т.е. вероятнее всего посередине между старыми деревьями, и при том довольно глубоко (на 0,3 и до 0,5 метра), все необходимые питательные вещества, т.е. прежде всего азотистые, потом фосфорнокислые, калийные туки и известь, в наиболее подходящей форме, а еще лучше навоз или компост как полные удобрения. 2) Произвести тщательную прочистку (прореживание) крон с удалением всего слишком густо расположенного, трущегося, отмирающего, больного и проч., с замазкой крупных ран. 3) Очистить оскабливанием скребками старую кору деревьев от корки, лишаев, мхов и всяких паразитов под ними с последующей обмазкой ее известью и предварительной обмывкой после очистки железным купоросом с помощью специальных опрыскивателей и 4) Уничтожить, по возможности, всех вредителей, преимущественно насекомых и грибы постоянной борьбой с ними.

109. Из практики ухода за плодовым садом.

Советуют к осени перекопать землю между деревьями и кустарниками, обмазать стволы известью; впоследствии, когда кора очистится от мхов и лишаев, можно осенью обмазывать глиной с коровяком, песком и известью, всего по равной части. Слишком молодые деревца чистой известью автор обмазывать не советует. Осенью производят вырезку сушняка и вообще удаляют лишние ветви. Все засохшие ветви, корни и бурьяны в садах собрать в кучу и сжечь. Осенью вырезаются и все лишние ветви; определить это возможно, тщательно осмотрев крону, подойдя в стволу срезать ветви, не оставляя пеньков. Срезанные места ничем не замазываются (автор имеет в виду 15 — 25-летние деревья). В очень запущенных садах мхи покрывают не только стволы, но и сучья. Для уничтожения мхов, сильно вредящих урожаям, лучше всего опрыскивать деревья с помощью пульверизатора раствором извести.

В годы, когда не предвидится обильного урожая, лучше почвы в саду не рыхлить, а занять посевом овса, ячменя или какой-либо однолетней травы; тогда деревья дадут умеренный прирост древесины, что именно и требуется для образования плодовых почек.

110. Следует ли закутывать плодовые деревья на зиму?

Зачем закутывать деревья на зиму? Спрашивают некоторые: разве охапка соломы или кусок рогожи в состоянии настолько повысить температуру вокруг ствола, чтобы предохранить дерево от гибельного действия сильных морозов? Действительно, точными исследованиями вполне установлено, что разница в температуре вокруг закутанного дерева и незакутанного ничтожна, и с этой стороны никакая подобная защита не в состоянии спасти, в особенности нежные сорта деревьев от сильных и продолжительных (наиболее опасных) морозов. При всем том закутывать плодовые деревья крайне полезно, так как с помощью этого способа является возможность защитить их от действия ветра и, наконец, *самое главное*,— предохранить их *ствол и ветви* от пагубной гололедицы и весьма вредного зимнего и особенно весеннего пригрева. У нас больше пропадает нежных деревьев (особенно персиков и абрикосов) от гололедицы и солнечного пригрева, чем от сильных морозов, и многие, не зная этого, очень удивляются, если иногда в довольно суровую зиму деревья остаются невредимы, а иногда при довольно слабой зиме погибают, если зима или весна отличались значительным пригревом...

111. Увеличение объема плодов.

От следующих приемов значительно увеличивается объем плодов и их качество. 1) Вызвать надо сучья с плодами на основной стрелке или на очень коротких ветвях; когда плоды находятся на основной стрелке или очень к ней близки, они прямо подвержены влиянию древесного сока, почему становятся очень вкусны и велики. 2) Постоянно срезать губчатые головки. Когда губчатые головки очень коротки, у их основания всегда рождаются цветные бутоны, которые дают превосходные плоды. Если же губчатым головкам предоставляют свободу расти и разветвляться, бывает то, что видишь на всех плохо обрезанных деревьях: губчатые головки длиною в 20 — 50 сантиметров, покрытые цветовыми бутонами, но у дерева, истощенного слишком обильным цветом, не хватает сока для пищи плодов. Они почти все опадают, достигнув величины ореха, оставшиеся на дереве уродливы, каменисты и обыкновенно лопаются, дойдя до половины свойственного им объема. Древесный сок, задержанный в своем движении множеством встречающихся разветвлений, не доходит в должном количестве до плодов и не способствует их развитию. 3) Обрезать дерево с толком, т.е. оставлять на дереве ветви, необходимые для его сформирования, для движения сока, и остатки сучков, необходимых для вызова плодовых веточек. 4) Оставлять на дереве количество плодов, *соразмерное с его силой. Сохранять надо плоды в следующей пропорции у зерноплодных: один плод на четыре плодовые ветви, на косточковых один плод на каждые 10 сантиметров. 5) Уничтожить большую часть плодов неделю спустя после их образования.* Это самое верное средство для развития огромных плодов, которые не будут падать. Если же оставить все плоды, они станут соприкасаться, какой-нибудь червяк проникает в их центр, заволакивает их своею паутиной, пронизывает их, и все плоды

нение закрыто было на 45 см сверху и на 25 — 30 см с боков; для того чтобы этот холмик земли не рассыпался, иссушаемый ветрами, и не размывался дождями, нужно, чтобы он имел достаточно широкое основание, сравнительно с высотою. При таком уходе деревья через два года совершенно оправляются. При частичном поранении коры, стволов или ветвей на высоте, неудобной для обсыпки землей, раны следует обмазать глиной, размешанной в свежем коровяке, и обвязать шерстяной тряпкой, которые гораздо податливее к растяжению, прочнее посконных и хлопчатобумажных, а главное потому, что на окружности стволов и веток, бывших долгое время под шерстяными повязками, не замечается изменения цвета (побурение) или совершенного отмирания коры, чего нельзя сказать о повязках из других тканей. Для этого очень хороши старые шерстяные чулки. Если же ствол дерева окажется обгрызенным кругом и притом с уничтожением или сильным повреждением заболони, то и такое дерево можно спасти от смерти вставкою нескольких черенков (от 2 до 12), смотря по диаметру ствола. Для этого нужно острым ножем сравнять верхние и нижние края раны, чтобы по всей окружности от верхнего до нижнего ее края было одинаковое расстояние (то же, что снятие широкого кольца коры при поперечных надрезах — подсачивание). При этом остатки (островки) заболони нужно щадить, а затем ввести по окружности ствола через рану одинаковой меры черенки (мост), наблюдая при этом одинаковость расстояния между черенками и наивозможно большую плотность входа заостренных концов (как обыкновенно для копуляции — в прикладку) черенков под нижний и верхний края коры без разрыва ее. Черенки нужно брать однолетние, не толстые. Все щели замазать замазкой и по границам верхнего и нижнего краев моста наложить тугую повязку шерстяными нитками. Над раною на высоте примерно 15 см следует привязать к стволу абажур из картона раструбом вниз, дабы защитить рану и черенки от непосредственного иссушающего действия солнечных лучей. Когда черенки очевидно проявят жизнь, то абажур снять. Если из глазков черенков, проводящих соки, станут развиваться очень сильные побеги, то такие побеги нужно своевременно ослаблять прищипкою на 3 — 4 глазка. Если у вершинок вставленных черенков появится особенно сильный наплыв губчатой массы (каллюс), то это не должно смущать сделавшего операцию, и ни в каком случае нельзя удалять эти наросты, какую бы безобразную форму они ни принимали; со временем все само собою придет в порядок.

113. Дезинфекция подпорок под ветви.

Ветви деревьев, особенно сильно покрытые плодами, обыкновенно поддерживают особыми деревянными подпорками. Под кору и в трещины их вредные насекомые закладывают яички так же, как и в кору фруктовых деревьев. Фруктовые деревья в благоустроенных садах затем осенью тем или иным способом дезинфецируют, а подпорки в большинстве случаев попросту складывают на зиму в сарай, и следующим летом они служат источником заразы фруктовых садов. Подпорки надо ежегодно дезинфецировать, и исполнять это нетрудно. Подпорки для этой цели либо вымачивают, либо пропаривают. Для первого способа нужно иметь пруд или бассейн, из которого можно было бы выпустить воду. В дно пруда вколачивают толстые деревянные колья, между ними накладывают подпорки и сверху перетягивают проволоку, чтобы подпорки не могли подняться вверх после напуска воды. Когда эта ра-

всякое время, когда имеются глазки; при окулировке же нужно ждать, когда кора начнет отставать от древесины. Однако лучшим моментом для прививки следует считать тот, когда глазки подвоя и привоя находятся в одинаковой стадии зрелости. 7) При прививке глазка на глазок циркуляция соков остается нормальной или только весьма незначительно нарушается прививкой, вследствие чего и получаются всегда хорошие результаты.

117. Исправление саженцев с поморщившеюся от сухости корою.

При осенней (или весенней) получке выписанных саженцев последние вследствие плохой упаковки *или иной* причины оказываются иногда *подсохшими*, с поморщившеюся корою. Для исправления таких саженцев Гоше рекомендует сейчас же погрузить их совершенно в воду, в которой они должны оставаться, смотря по степени сухости, день или два, но никак не более. Если по истечении двух дней к ним не вернется их нормальный вид, то, вынув из воды, саженцы помещаются горизонтально в вырытую канаву, закапываются и обильно поливаются. Через неделю можно откопать деревья и посадить на месте или прикопать, смотря по надобности.

118. Как обращаться с саженцами с поморщившеюся корою.

Засохшие от плохой упаковки деревья следует сперва закопать в землю, хорошенько полить водою и только после двухдневного пребывания их в земле вынуть и, освежив порезы, погрузить часов на 10 — 12 в воду. После же посадки следует ствол и ветви обернуть мхом и ежедневно обрызгивать последний, пока сквозь мох не станут пробиваться отпрыски; тогда мох постепенно удаляют, чтобы не сразу обнажить дерево.

119. Зимовка молодых плодовых насаждений.

Всего опаснее для молодых насаждений первая и вторая зима, так как к первой зиме деревья не успевают еще вполне укорениться, а ко второй вследствие подрезки дают в течение лета большой прирост. То и другое боится зимнего холода, а потому такие деревья следует на зиму окутывать соломою, связав ветки в пучки. В этом виде молодые насаждения могут отлично перезимовать, но для них затем снова наступает опасное время — ранняя весна, когда солнце пригревает уже довольно сильно, а ночью появляются морозы. Это сильное нагревание солнцем, когда начинает оттаивать земля, может заставить деревья тронуться в росте ранее, чем бы следовало; а в таком случае достаточно бывает нескольких градусов мороза ночью, чтобы все погубить. Во избежание подобной катастрофы, следует задержать рост деревьев до тех пор, пока уже нечего будет опасаться гибельных ночных морозов. Для этого в конце зимы во время оттепели нужно приваливать к каждому дереву побольше снега и утоптать его *покрепче*. Еще лучше после такой обкладки и утаптывания снега, положить наверх слой навоза и убрать его лишь тогда, когда дереву не угрожает более никакая опасность. Действие подобной покрышки навозом вполне понятно: находящаяся под нею земля не может оттаять, и в то время как другие деревья, необложенные снегом и навозом, трогаются уже в рост и зацветают, деревья, обложенные указанной покрышкой, не обнаруживают еще ни малейших признаков роста. Когда же навоз будет снят и промерзлая земля будет предоставлена влиянию тепла и солнца, деревья эти тронутся быстро в рост и скоро догонят ранее их распустившиеся. Необходимо иметь в виду, что подобный прием полезен для деревьев, имеющих

дойдя до половины свойственного им объема. Древесный сок, задержанный в своем движении множеством встречающихся разветвлений, не доходит в должном количестве до плодов и не способствует их развитию. 3) Обрезать дерево с толком, т.е. оставлять на дереве ветви, необходимые для его сформирования, для движения сока, и остатки сучков, необходимых для вызова плодовых веточек. 4) Оставлять на дереве количество плодов, соразмерное с его силой. Сохранять надо плоды в следующей пропорции у зерноплодных: один плод на четыре плодовые ветви, на косточковых один плод на каждые 10 сантиметров. 5) Уничтожить большую часть плодов недолю спустя после их образования. Это самое верное средство для развития огромных плодов, которые не будут падать. Если же оставить все плоды, они станут соприкасаться, какой-нибудь червяк проникает в их центр, заволакивает их своею паутиной, пронизывает их, и все плоды затем падают. 6) Сделать кольцевой надрез над цветком, когда он раскроется. Этот прием пригоден только для винограда. Надрез делается особым инструментом, который охватывает объем ветки. От такого надреза величина виноградной кисти увеличивается на одну треть, и виноград созревает неделями двумя или тремя ранее. 7) Насыщать плоды раствором купороса. Этот прием возможен только с зерноплодными деревьями. Известно, что раствор железного купороса в воде (2 грамма на 1 литр) возбуждает растительность. Мочить надо плоды этим раствором впервые, когда они достигли четверти своей величины, во второй раз — при половине их объема и, наконец, в третий раз — при трех четвертях их развития. Из опыта известно, что плоды, подверженные такой мочке, увеличиваются на одну треть своей величины. Операция эта не затруднительна и не продолжительна, но ее должно производить умело, чтобы достигнуть успеха. Делается она вечером, после заката солнца, а если есть роса, то она бывает еще успешнее. Раствор делают в небольшом количестве (поллитра или одна бутылка воды) потому, что железный купорос разлагается в воде и образует железную окись, которая уже не оказывает на плоды никакого действия. Едва жидкость начинает принимать цвет ржавчины, ее выбрасывают. Для раствора надо брать очень чистую воду, если нет дестиллированной, то речную или дождевую. Наполняют раствором чашку или стакан, подставляют их под плод и приподнимают так, чтобы весь плод окунулся бы в сосуд, это дело нескольких секунд. В час времени можно окунуть несколько сотен плодов. Необходимо взвешивать купорос на хороших весах и не брать его на авось, потому что железный купорос в большей мере действует, как вяжущее средство, и производит обратное действие. Мочение в железном купоросе увеличивает размер плодов и способствует скорому их созреванию. Зимние плоды, вымоченные в железном купоросе, долго не сохраняются. Этот прием хорош только для летних разновидностей.

112. Спасение деревьев, обгрызанных зимой мышами.

Для предотвращения порчи деревьев зимою мышами необходимо в течение зимы, в особенности в феврале и марте, несколько раз обтаптывать снег вокруг стволов и не допускать близости к ним соломенного навоза; при обвязке же на зиму молодых деревьев камышом обрызгивать эту покрышку до половины высоты смесью чистого дегтя с неочищенным рыбьим жиром (ворвань). Если окажется объеденною не более 2/3 всей окружности коры и притом близко от земли (на деревьях не очень молодых по большей части заболонь, из которой развивается затягивающая ткань, сохраняется), то нужно немедля к стволу пострадавшего дерева набросать рыхлой земли так, чтобы пораненное место покрылось. Если же обгрызено кругом, то нужно рядок.

113. Дезинфекция подпорок под ветви.

Ветви деревьев, особенно сильно покрытые плодами, обыкновенно поддерживают особыми деревянными подпорками. Под кору и в трещины их вредные насекомые закладывают яички так же, как и в кору фруктовых деревьев. Фруктовые деревья в благоустроенных садах затем осенью тем или иным способом дезинфецируют, а подпорки в большинстве случаев попросту складывают на зиму в сарай, и следующим летом они служат источником заразы фруктовых садов. Подпорки надо ежегодно дезинфецировать, и исполнять это нетрудно. Подпорки для этой цели либо вымачивают, либо пропаривают. Для первого способа нужно иметь пруд или бассейн, из которого можно было бы выпустить воду. В дно пруда вколачивают толстые деревянные колья, между ними накладывают подпорки и сверху перетягивают проволоку, чтобы подпорки не могли подняться вверх после напуска воды. Когда эта работа окончена, напускают в пруд достаточное количество воды, чтобы она вполне покрыла подпорки, которые сохраняются в таком виде всю зиму. Весною выпускают воду, которая служит для поливки, а подпорки убирают.

114. Дезинфекция подпорок.

Другой способ такой. Осенью, после опадения листьев, выкапывают ров, глубиною в 0,5 м и такой длины, как подпорка. Поперек рва накладывают толстые бревна, на которые кладутся подпорки. Опавшие с плодовых деревьев листья собирают в сухое помещение, где они немного просыхают, после чего их накладывают на дно ямы. На поперечные перекладинки помещают 12 — 15 шт. подпорок, а сверху накладывают еще слой листьев. После этого зажигают листья и во время горения постоянно ворошат их палкой. Если бы стали загораться подпорки, то можно затушить их, насыпав снегу или окатив водой из ручной спринцовки.

115. Новый способ прививки.

Сущность этой прививки заключается в том, что к подвою прививается не черенок, а только один глазок. Эта прививка отличается от окулировки тем, что глазок привоя не вставляется под кору подвоя, а прикладывается к такому месту подвоя, где также находился глазок. Срезка глазка привоя производится так же, как и при окулировке с древесиною; в соответствующем месте подвоя срезается глазок, тоже с древесиною и такой величины, чтобы глазок привоя мог бы покрыть собою всю площадь среза на подвое. После прикладки глазка, его крепко привязывают к подвою рафией или шерстью. Замазка садовым варом нужна только во время сухой погоды, при прививке в открытом грунте; при прививке же в оранжереях и теплицах замазка является излишней.

116. Преимущества прививки глазками.

Эта прививка глазка на глазок имеет, по мнению автора, следующие преимущества: 1) Расход черенков незначителен, так как для прививки берется не целый черенок, а только один его глазок. Это особенно важно при размножении новостей. 2) Получается более легкое, верное и прочное срастание, причем при зимней прививке требуется самое незначительное количество тепла. Кроме того, не требуется подвязки к колышкам, неизбежной при прививке черенков. Благородный побег здесь привязывается к шипу, оставляемому на подвое, как при окулировке. 3) Работа по прививке исполняется скорее и легче, а потому может быть произведена и менее опытными лицами. 4) Образуются более сильные побеги. 5) Устраняются недостатки зимней прививки, так как растения при этом способе прививки не нуждаются в приостановке для вызывания в них роста. 6) Прививку можно произвести во

чае достаточно бывает нескольких градусов мороза почвы, чтобы все погубить. Во избежание подобной катастрофы, следует задержать рост деревьев до тех пор, пока уже нечего будет опасаться гибельных ночных морозов. Для этого в конце зимы во время оттепели нужно приваливать к каждому дереву побольше снега и утоптать его покрепче. Еще лучше после такой обкладки и утаптывания снега, положить наверх слой навоза и убрать его лишь тогда, когда дереву не угрожает более никакая опасность. Действие подобной покрышки навозом вполне понятно: находящаяся под нею земля не может оттаять, и в то время как другие деревья, необложенные снегом и навозом, трогаются уже в рост и зацветают, деревья, обложенные указанной покрышкой, не обнаруживают еще ни малейших признаков роста. Когда же навоз будет снят и промерзлая земля будет предоставлена влиянию тепла и солнца, деревья эти тронутся быстро в рост и скоро догонят ранее их распустившиеся. Необходимо иметь в виду, что подобный прием полезен и для взрослых деревьев, дающих уже плоды, в особенности когда приходится иметь дело с сортами, рано зацветающими. С его помощью является возможным удержать деревья от несвоевременного цветения и предохранить цветы от гибельного влияния весенних утренников.

120. Содержание почвы в плодовом саду.

Лучшие результаты получаются, если держать почву под черным паром, но не все решаются оставлять без использования такое количество земли, и потому рыхлят только полосы приблизительно в 2,5 * 3 м ширины, центр которых занимают плодовые деревья; остальную землю оставляют под травой. Между тем нет ничего вреднее для плодового сада, как разведение трав; это особенно следует сказать про местности с засушливым климатом, где садовладельцу необходимо принимать все меры, чтобы сохранить плодовым деревьям возможно больше влаги. В этом отношении вред трав неоспорим: они вытягивают массу соков из почвы, сушат ее; кроме того, уход за садом, почва которого запущена под траву, значительно усложняется. Семена сорных трав постоянно заносятся ветром на разрыхленные полосы, насекомые находят себе отличное убежище в густой траве и т.д. Если кроны отдельных деревьев еще не сблизились, выгоднее занять свободные полосы земли какими-либо корнеплодами (свекла, например, отлично удается даже в затемнении), картофелем. В этом случае при условии внесения необходимого количества удобрения получается двойная выгода: урожай корнеплодов, и почва в то же время содержится в полной чистоте.

121. Вредны ли кустарник и лес около плодового сада.

Это вполне зависит от расстояния, на котором находятся названные насаждения. Со стороны господствующих ветров, особенно ветров холодных, такая защита может оказаться чрезвычайно полезной, но при условии, чтобы ближайший ряд плодовых деревьев отстоял от леса и кустарника не ближе, как на 16 — 20 метров. Конечно, если лес вплоть примыкает к плодовому саду, этим может быть причинен значительный ущерб: будет затруднен свободный обмен воздуха, деревья могут быть затенены, вследствие чего древесина не будет вызревать; количество завязей на затененных деревьях будет меньше. Вредные насекомые в таком саду найдут себе отличные убежища, и борьба с ними будет чрезвычайно затруднена.

122. Утилизирование костей в садоводстве.

Для этого нет надобности ни обращать кости в муку, ни подвергать их соответствующим химическим манипуляциям. Достаточно раздробить кости молотком на куски, окопать дерево кругом в местах, ближайших к корневым

разветвлениям и, смешав раздробленные кости с рыхлой землей, засыпать ими окопанные места. Кости, разлагаясь постепенно в земле, обогащают ее, между прочим, азотом и фосфорными солями, столь важными для растений; тонкие корневые разветвления обладают способностью сами отыскивать пищу, и если спустя определенное время после указанного удобрения обнажить почву в том месте, где находятся кости, то последние оказываются опутанными и пронизанными по разным направлениям тонкими корневыми волосками, извлекающими из разлагающихся костей необходимые для дерева пищевые элементы. Стало быть, вся задача только в том, чтобы доставить этим корневым волоскам раздробленные кости, что, конечно, в экономическом отношении очень важно, так как при таком способе удобрения совершенно устраняется необходимость затраты на предварительную обработку костей.

123. Пересадка растений на закате солнца.

Вопрос о том, когда делать пересадку — утром ли, днем вообще или на закате солнца, на ночь — представляет, конечно, существенное значение. Десять молодых вишневых деревцев в цвету были пересажены последовательно по времени, начиная с четырех часов пополудни, так что часть из них была пересажена до заката солнца, другая — после заката. У первых весь цвет опал, и самые деревца взялись плохо; удержавшаяся завязь не дала плодов; напротив, пересаженные на закате солнца вполне сохранили цвет, взялись хорошо и дали плоды. Аналогичные опыты были затем произведены с десятью карликовыми вишневыми деревьями в период развития плода. Результаты те же: у пересаженных днем завязь опала, и деревца выглядели сильно изнуренными, у пересаженных же к ночи завязь удержалась, и самые растения имели бодрый вид. Пересадка во всех указанных случаях производилась, само собой разумеется, так, чтобы по возможности не потревожить земли вокруг корней. Приведенные опыты ясно свидетельствуют, что лучшее время для пересадки растений — на закате солнца; такую пересадку растение переносит легче всего. Само собой разумеется, что указанные условия представляют особенное значение для пересадки растений в листве. Садоводам в редких лишь случаях приходится прибегать к такой пересадке; цветоводам же и огородникам, напротив, очень часто, в случае, например, перенесения рассады из парников на открытые гряды и проч.

124. Защита корней деревьев на зиму.

Многие садовники на зиму совершенно неосновательно пригребают землю с приствoлового круга к штамбу, с целью защиты корней от мороза. Во-первых, земля, пригребаемая к штамбу, берется как раз с тех мест, где она необходима для защиты корней от мороза: по окружности приствoлового круга расположены именно более нежные, могущие пострадать от мороза, корни; садовники же с этих корней сгребают и приваливают ее на более толстые корни (у штамба), не нуждающиеся ни в какой защите. Кроме того, кора штамба в сырую осень и весну под прикрытием земли может пострадать, особенно если весной, после того как землю отвалят от штамба, ударит сильный мороз.

125. Водные настои различных растительных материалов в качестве удобрений.

В хозяйстве очень нередко отбрасывается как совер-

129. Использование птичьего помета в качестве удобрения.

Время внесения удобрений под плодовые деревья имеет большое значение, и далеко не безразлично, внести ли данное удобрение весной, летом или осенью. Что касается птичьего помета, то это удобрение лучше всего применять ранней весной, и во всяком случае не позже первой половины лета, так как иначе (при позднем внесении) может затянуться период вегетации, и деревья могут пострадать от морозов. Птичий помет можно давать до полупуда на взрослое дерево через 3 — 4 года.

130. Поливка плодовых деревьев жидким удобрением.

Начиная с мая и в течение всего лета, полезно три раза полить деревья жидким удобрением: первый раз, когда деревья зацветут; во второй раз, когда завязь плода достигнет величины лесного ореха, и в третий раз, в начале июля, для того, чтобы содействовать большему образованию плодовых почек на будущее лето. Лучшим для такой поливки должен считаться раствор голубиного помета; самый раствор приготовляется различной крепости, наилучшим оказывается следующий. В сорокаведерную бочку насыпают на одну ее треть сухого голубиного помета и, долив бочку водою, дают раствору перебродить, причем перемешивают его ежедневно. За день перед поливкой к раствору прибавляют ведро печной золы и, тщательно размешав, производят поливку. Для этого ведро жидкого удобрения разбавляют двумя ведрами воды. Для молодых деревьев этого количества поливки достаточно; для более же взрослых количество разбавленного водою жидкого удобрения удваивается. Поливку производят, конечно, не у самого штамба, а отступив от него аршина на полтора и два, смотря по ширине кроны. Как показывает опыт, благодаря такой поливке деревья и кустарники сильнее растут и приносят более крупные плоды. Там, где нельзя иметь голубиного помета, приходится довольствоваться хлебным навозом. Готовится из него жидкое удобрение совершенно так же, как и из голубиного помета, только перед поливкой раствор этот разбавляют водою не на две трети, а на половину.

131. Выкопка плодовых саженцев.

По советам лучших наших садоводов выкапывать саженцы следует осенью. Если саженцы не закончили ко времени выкопки своего роста, то за несколько дней до выкопки у них отщипывают верхушки, а перед самой выкопкой удаляют и самые листья. Если же ко времени выкопки саженцы приостановили уже рост, но не сбросили еще листвы, то верхушки их не отщипываются и ограничиваются лишь удалением листьев. Выкопанные саженцы подлежат на зиму прикопке; полезно помнить, что для предохранения от мышей прикапываемые саженцы лучше всего покрывать с заполнением всех промежутков между ними можжевеловыми и еловыми ветвями, иглы которых не позволяют мелкому грызуну проникать к прикрытым таким образом саженцам. Необходимо, впрочем, иметь в виду, что в тех местностях, где "гнилая зима" — обычное явление, всякое прикрытие из листьев и т.п. может вызвать прелость и тем значительно повредить прикопанным деревьям. В таких местностях всего безопаснее прикапывать саженцы возможно глубже и лишь кроны их прикрывать тростником, а где можно хвойными ветвями. Самое место, где прикапываются деревья, должно быть вполне защищено от резких, быстрых перемен температуры, от чего всего более страдают обыкновенно прикопанные са-

ученных через весеннее прививание (копулировку) к дичку от дикой черешни. В школе не обрезать привитые деревце, а рассадить их пореже: ряд от ряда на 1 м. Слива, судя по местностям, славящимся своими сливами, прекрасно произрастает на наносных почвах.

135. Способ посева миндаля.

Осенью осторожно раскололи орехи и в конце сентября посеяли в бороздки в 10 см глубиной. Когда земля промерзла на 2 — 3 пальца, гряда была прикрыта не толсто соломистым навозом. Весною покрышка снята, и в конце мая показались всходы. Когда из пазух нижних листьев сеянцев показались боковые побеги, верхушки их тщательно прищипывали, когда же начали разветвляться, удаляли их, чем и поднимали крону дерева. К концу августа получили деревца в мизинец и 1 сентября приступили к окулировке их персиками, абрикосами и сливами.

136. Культура шпанской вишни.

Для выращивания шпанских вишен на открытом воздухе дички вишен сажают в гряды или на места; на 2-й год хорошо принявшиеся прививают спящим глазком возможно ниже; на зиму обвязывают войлоком; весною снимают и срезают дичок над привойкой, замазывая садовым варом; у неудавшихся прививают в расщеп. На зиму побег пригибают к земле в сторону большого развития корней; при равномерном же обрезают корни с одной стороны у штамба и изгибают побег в сторону противоположную. На пригнутую ветку кладут обрубок, прикрывают сухим листом, а на корни наваливают землю. На 2-ю весну верхушку обрезают, оставляя не более 3 глазков; побеги от них также прищипываются, и к осени образуется уже крона. На зиму деревья также пригибаются и укрываются рогожами. При подобном уходе шпанские вишни отлично переносят даже суровые зимы и ежегодно дают обильно плоды.

137. Корневые отпрыски вишен.

Очень часто для разведения вишневых садов пользуются не привитыми деревьями того или другого сорта, а корневыми отпрысками, которые иногда появляются у вишневых деревьев в большом количестве. При пользовании отпрысками особенно резко проявляется разница в отношении роста и урожайности в пользу привитых деревьев. Ягоды на привитых деревьях получаются гораздо крупнее. Особенно ослабляет непривитые деревья появляющаяся поросль, так как замечено, что деревья, полученные от корневых отпрысков, унаследуют в сильной степени свойство давать корневую поросль. И это наблюдается не только при посадке корневых отпрысков, но даже при посадке деревьев, привитых не к семенным подвоям, а к корневым отпрыскам вишни. Для удешевления вишневых посадок советуют приобретать однолетние окулировки или прививки культурных сортов, которые хорошо переносят пересадку и в первый же год дают сильные побеги. Привитые вишневые однолетки начинают плодоносить через 3 — 4 года после посадки, а к 10 — 15-летнему возрасту особенно начинают проявляться преимущества привитых деревьев перед корневыми отпрысками.

138. Посадка плодовых деревьев на песчаных почвах.

Так как на песчаной почве плодовые деревья не разрастаются сильно в крону, то вишни и сливы-венгерки можно сажать на расстоянии 3 — 3,5 м дерево от дерева, черешни — на 3,5 — 4 м, сливы — 4,5 — 5 м, яблони — 5 — 5,5 м и груши — 5,5 — 6 м. Ямы для посадки надо

124. Защита корней деревьев на зиму.

Многие садовники на зиму совершенно неосновательно пригребают землю с приствoлового круга к штамбу, с целью защиты корней от мороза. Во-первых, земля, пригребаемая к штамбу, берется как раз с тех мест, где она необходима для защиты корней от мороза: по окружности приствoлового круга расположены именно более нежные, могущие пострадать от мороза, корни; садовники же с этих корней сгребают и приваливают ее на более толстые корни (у штамба), не нуждающиеся ни в какой защите. Кроме того, кора штамба в сырую осень и весну под прикрытием земли может пострадать, особенно если весной, после того как землю отвалят от штамба, ударит сильный мороз.

125. Водные настои различных растительных материалов в качестве удобрений.

В хозяйстве очень нередко отбрасывается как совершенно бесполезная отработанная вода после мочения льна и т.п. Между тем опыты показывают, что такая вода содержит множество питательных веществ, годных для удобрения почвы. По наблюдениям, вода, настоенная на остатках соломы или объедках люцерны, представляет собою сильное удобрение, влияющее одновременно в высшей степени благоприятно как на процент всхожести семян, так и на роскошное развитие сеянцев.

126. Лесная земля как удобрение.

Лесная земля является наилучшим средством для удобрения плодовых деревьев. Применять ее лучше всего следующим образом: в конце сентября плодовое дерево окапывается кругом на таком расстоянии, чтобы не повредить корней, ровиком в 0,35 м глубиной, и этот ровик наполняется лесным перегноем; кроме того, вся земля от ствола до рва снимается на 20 см и также заменяется перегноем.

127-128. Осенняя перекопка и удобрение почвы плодового сада навозом и печной золой.

Осеннюю перекопку или вспашку почвы полезно производить ежегодно. Комья, получающиеся при вскопке, следует немедленно разбивать и всю поверхность разравнять граблями. Рыхлая, приведенная в крупчатое состояние, но не измельченная в порошок, при отсутствии сорной растительности почва отлично противостоит засухам и по ночам воспринимает часть влаги из воздуха. Навоза, смотря по качеству его, можно класть от 1 до 2 пудов на 1 квадратный метр или проще говоря до 9 — 10 сантиметров толщиною, если он слишком соломист. При раструске навоза надо наблюдать, чтобы он не ложился вплотную к стволам деревьев, а чтобы вокруг стволов оставалось открытое место, не ближе 30 сантиметров от стволов. Весною лучше не закапывать навоза в землю, а, раструсив его по поверхности, оставить так на все лето в виде притенения. Во время летних дождей навоз полезно отгребать от деревьев, чтобы почва лучше промокала, а после дождя без промедления опять закрывать землю. Такая работа очень полезна. При осенней перекопке полуистлевшие уже остатки навоза можно закопать в землю, но можно оставить не закопанными и на следующее лето, подбавив там, где его мало, а уже в следующую (вторую) осень закопать не глубже 10 см. Навоз, оставленный на второе лето, перед осенней перекопкой почвы следует сгребать в кучи, а весною вновь раскидывать. Печная зола употребляется как поверхностное удобрение. Зольное удобрение принадлежит к медленно растворимым, а потому лучше рассыпать золу с осени и в крайнем случае ранней весной, как только сойдет снег.

выконки у них отщипывают верхушки, а перед самой выкопкой удаляют и самые листья. Если же ко времени выконки саженцы приостановили уже рост, но не сбросили еще листвы, то верхушки их не отщипываются и ограничиваются лишь удалением листьев. Выкопанные саженцы подлежат на зиму прикопке; полезно помнить, что для предохранения от мышей прикапываемые саженцы лучше всего покрывать с заполнением всех промежутков между ними можжевеловыми и еловыми ветвями, иглы которых не позволяют мелкому грызуну проникать к прикрытым таким образом саженцам. Необходимо, впрочем, иметь в виду, что в тех местностях, где "гнилая зима" — обычное явление, всякое прикрытие из листьев и т.п. может вызвать прелость и тем значительно повредить прикопанным деревьям. В таких местностях всего безопаснее прикапывать саженцы возможно глубже и лишь кроны их прикрывать тростником, а где можно хвойными ветвями. Самое место, где прикапываются деревья, должно быть вполне защищено от резких, быстрых перемен температуры, от чего всего более страдают обыкновенно прикопанные саженцы.

132. Предохранение цветов от утренников.

Цветы всего чувствительнее к морозу. Незначительного падения термометра ниже нуля достаточно, чтобы погубить их. А между тем такое падение весною, после того как цветы плодовых деревьев вполне уже распустились,— явление совсем передкое. Утренники обязаны своим происхождением быстрому и сильному ночному излучению тепла почвою, вследствие чего ближайшие к ней слои воздуха охлаждаются до того, что температура их падает ниже нуля. Отсюда тот общий факт, что утренники — явление нижних слоев атмосферы; чем ближе к почве, тем резче их действие, и в этом отношении низкорослые деревья, в особенности карликовые, находятся в самых неблагоприятных условиях. С другой стороны, из сказанного ясно, что для предохранения цветов плодовых деревьев от пагубного влияния утренников самой действительной должна служить мера, направленная на предотвращение сильного ночного излучения тепла почвою. Такой именно мерою служит окуривание деревьев. Для этого собирают хворост, неистлевшие листья, солому, словом, всевозможные горючие отбросы и, разложив их кучами между деревьями, зажигают в случае ожидаемого мороза при цветении деревьев. Зажигать следует часа за два до восхода солнца, причем необходимо поддерживать огонь до утра, так как перед восходом солнца всегда бывает наиболее значительное понижение температуры. Задача такого окуривания совсем не в том, конечно, чтобы "согреть" дымом холодный воздух, а в том, чтобы воспрепятствовать сильному охлаждению почвы через излучение тепла. Поэтому, поддерживая огонь, следует заботиться, чтобы не было совсем видно пламени, и чтобы по саду между деревьями расстилался по-возможности густой дым.

133. Уничтожение пустоцвета в вишнях и сливах.

Следует до цветения прорыть у корней канавку и всыпать туда мелко истолченного кирпича или сухой глины, или смешать землю вокруг корней с мелким кирпичом или глиною.

134. Посадка вишен.

Вишни и черешни, привитые на антипке, надо сажать в молодом возрасте и мелко, т.е. так, чтобы корни начались сейчас же у поверхности земли. Вишня требует широких, проветриваемых, не слишком жарких равнин, на несколько сот футов над уровнем моря; любит, однако, защиту не особенно близко расположенных диких деревьев. Черешневые сады надо закладывать на почве не очень влажной, иначе они будут страдать от камедетечения. Кроны выводить не особенно высокие из прививок, полученные от корневых отпрысков, унаследуют в сильной степени свойство давать корневую поросль. И это наблюдается не только при посадке корневых отпрысков, но даже при посадке деревьев, привитых не к семенным подвоям, а к корневым отпрыскам вишни. Для удешевления вишневых посадок советуют приобретать однолетние окулировки или прививки культурных сортов, которые хорошо переносят пересадку и в первый же год дают сильные побеги. Привитые вишневые однолетки начинают плодоносить через 3 — 4 года после посадки, а к 10 — 15-летнему возрасту особенно начинают проявляться преимущества привитых деревьев перед корневыми отпрысками.

138. Посадка плодовых деревьев на песчаных почвах.

Так как на песчаной почве плодовые деревья не разрастаются сильно в крону, то вишни и сливы-венгерки можно сажать на расстоянии 3 — 3,5 м дерево от дерева, черешни — на 3,5 — 4 м, сливы — 4,5 — 5 м, яблони — 5 — 5,5 м и груши — 5,5 — 6 м. Ямы для посадки надо делать очень глубокие широкие, для сливы глубиною и шириною 0,7 — 1,0 м, для вишен и черешни глубиною 1 — 1,5 м и шириной 0,7 — 1,0 метр, для яблонь глубиной 0,8 — 1,0 м и шириной 1 — 1,5 м и для груш глубиною 1,5 — 2,0 м и шириной 0,8 — 1,0 м. Для улучшения почвы на дне посадной ямы в каждую яму вносится 2 — 3 ведра жирного компоста, а за неимением его, хорошо перепрелого навоза, смешанного с дерновой землей и древесной золой. Перед самой посадкой смачивают корни деревца в растворе, составленном из воды, навозной жижи, глины, золы и коровьего помета. Смоченные таким раствором корни обсыпают тучным компостом.

139. Культура нежных сортов с присыпкой земли.

Молодые деревья, пригнутые к земле и хорошо заваленные, могут прозимовать на воздухе и в средних губерниях. Вишневая дичь, назначенная для прививки, сажается в гряды или прямо на места; дички прививаются спящим глазком пониже; на зиму обвязываются войлоком или сухим мхом. Молодые же деревца на зиму пригибаются к земле в сторону, где больше корней; на сучья наваливают тяжесть, а корни обваливают землей, если одинаково, то с одной стороны корни обрезают почти до штамба и нагибают на противоположную: весной поднимают, подвязывают к колу и обрезают, оставляя 3-4 глазка. На зиму снова укладывают на землю, как прежде, и накидывают на ветви рогожи. Есть деревья, которые воспитываются так более 20 лет, прекрасно растут и ежегодно приносят много плодов.

140. Горшечная культура плодовых деревьев.

Для воспитания плодового дерева в горшке, нужно таковое самому вырастить из семян и потом привить. После прививки вся летняя работа направлена к тому, чтобы развить одну почку и образовать один стволовый побег, и потому все прочие побеги и почки обрезаются заблаговременно. При наступлении осени, растения высаживаются в горшки с хорошею дерновою землею, причем на дно горшка кладутся для стока воды черепки. Хорошо сначала поставить горшки в парник и только после нескольких морозов внести в место зимнего хранения, лучше всего, в высокий парник, род теплички с рамами на юг и север, или светлый сарай. Здесь посередине роется продольная канава, в 0,7 м глубины и ширины, чтобы человек мог свободно по ней ходить. Сарай делается так, чтобы легко можно было его разобрать и рамы снять. Растения закапывают в сарае до краев, закрывают навозом, щитами, или корьем в ладонь выше горшков; затем накрываются рамы, на них — ставни, а сверху навоз, лист или кора. Когда сильные морозы отойдут, снимается при-

крытие поверх ставень, а по наступлении весны, снимают и ставни, но на ночь накладывают. В теплую погоду можно открывать и рамы, закрывая лишь на ночь. Раскрыв ставни, должно снять навоз и вообще то, чем были закрыты горшки, и промежутки между ними очистить; затем нужно деревья обрезать на крону. Берут 3 сильных побега, для пирамидальной же 4, а остальные вырезают. Когда распустится 8-й лист, побеги ощипываются, отчего в углах листьев образуются новые почки, дающие новые побеги. Если побег какой-либо развивается слишком сильно, то под ним на стволе делают надрез; если почка не развивается, то разрез делается под нею. Поливать надо тепловатою водою, а при продолжительной засухе опрыскивать. Осенью опадающий лист оставляется на горшках. На зиму сарай вновь собирают; в петербургском климате сарай и деревья в нем оставляют, не разбирая летом, но рам пока не накладывают, ибо мороз в 2-3 градуса даже полезен молодым деревцам, нужно только прикрыть чем-нибудь горшки. В защиту от мышей кладут в горшки стружки, смоченные каменноугольной смолой, от запаха которой мыши разбегаются, они не любят также кострики, потому что они колются; сю удобно закрывать горшки. На 2-м году персиковые и абрикосовые деревья дают цветы, которые нужно оплодотворить при посредстве кисточки и оставить на каждом побеге не более 4 завязей; когда же они разрастутся, то 2 из них оборвать. Чтобы яблоневые и грушевые деревья сделать плодоносными, должно три нижние ветви подвязать горизонтально и применять надлежащее прищипывание молодых веточек; вообще надо иметь в виду равномерное распределение сока, что возможно только при равномерном развитии боковых побегов, впоследствии плодоносных ветвей. В будущем году тоже оставляется только некоторая часть плодов. На яблонях и грушах следует оставлять на ветке не более одного плода, на вишнях и сливах 4 — 6, а на абрикосах и персиках — два. По истечении двух лет деревья надо пересадить в другую посуду, что лучше делать весною, когда открывается сарай или когда деревья переносятся в оранжерею или иное место. При пересадке дают растениям хорошую дерновую землю и более просторную посуду; корни хорошо отряхивают. При развитии плодов растения полезно поливать жидким удобрением, которое составляется из воды, настоенной навозом всякого рода, роговыми стружками, золою, сажею и костяною мукою. У абрикосов и персиков обрезают те ветки, которые дали плоды, причем заботятся, чтобы дерево постоянно развивало новые побеги.

141-142. Горшечная культура плодовых деревьев.

Для посадки в кадочки и горшки всего лучше брать 1-летние окулировки на дичках и подвоях тугорастущих видов, которые довольствуются тесным помещением для своих корней. Лучшее время для посадки — весна. Вместо горшков можно употреблять 4-угольные ящики из тесу; верхнее отверстие должно быть на 2-3 см шире дна. Для 1-летних яблонь, груш, слив, вишен, персиков, абрикосов и винограда достаточны ящики или кадочки в 25 см глубины и ширины верха. При всякой посуде необходим дренаж из кусков кирпича и крупного песку в 1,5 — 2,5 см. Почва вообще из глины, песку, мергеля поровну и до 1/10 истлевших органических веществ, из которых побольше коровьего помета; но для косточковых не надо удобрений; только очень жидкий раствор коровьего кала полезен им, когда растут слабо. Подмешивание в тяжелые почвы 1/20 — 1/15 торфа, болотного мха, изрубленного очень мелко, полезно. Для ускорения плодоношения всех фруктовых деревьев в посуде, нужна примесь к почве костяной муки или измельченных жженых костей 1/20 — 1/15 по объему. Заготовив для посадки все нужное, выкапывают деревца или подвои и тотчас присыпают их корни сырою землею. Если корни не мочковаты, то полезно, обрезав все длинные и лишние корни, обмакнуть их в раствор глины с коровьим пометом. Если корень ветвистый, то полезно насыпать в посуде холмик и посадить на него, расправив корни во все стороны. Засыпая корни, слегка постукивают дном посуды о пол, чтобы земля садилась легонько, а когда посуда полна, то набивают землю большим пальцем, обходя по краям. Оставив недосыпанной на 1 см, поливают дождевою водою, пока не потечет через нижние дырочки. Сверху закрывают мхом. Лучшее место для новосадочных деревцев грядка с рыхлою землею, сильно освещенная солнцем с раннего утра до заката. Крупные и очень сочные 1-летки, потерявшие при пересадке в посуду много корней, полезно обертывать сырым мхом до 3/4 штамба и спрыскивать мох сильно после заката.

143. Лучшее содержание для гранатного дерева.

Взять хорошей садовой земли, мелко просеянной, и самого перегорелого коровьего тука пополам, посадить в эту почву дерево и положить сверху на 2 пальца одного перегорелого тука, полить. Поставить горшки у южной стороны стены, дабы северные ветры не касались. С марта по сентябрь каждый месяц землю взрыхлять, часто поливать, а в жару ежедневно. Ветки обрезать, оставляя только короткие и толстые, на которых можно ожидать плода. Отводки должно делать в 1/2 апреля и землю сверху плотно притоптать; в сентябре почти всегда укоренятся и тогда отсадить в особый горшок. Верхнюю ветку можно отводить в подставленную корзину с землею. Для черенков берутся обыкновенно толстые ветви, отрезают накось; снизу на 10 см. соскабливают верхнюю кору и, отрезав верхушку, сажают в хорошую тучную землю, глубиною на 15 см., поливают и держат в тени до прорастания. Черенки сажают также в апреле. Семена сеют в феврале, марте в легкую землю, дерновую; ее можно смешать с самым старым перегорелым коровьим туком.

ЯГОДНЫЙ САД

144. Способ ухода за малиной.

Кусты малины рассаживаются на расстоянии 1 метра. Каждому кусту оставляется не более четырех лоз, идущих от корневища. Каждая пара лоз двух противостоящих кустов верхушками пригибается друг к другу и связывается мочалой. В таком виде и распорядке держатся кусты постоянно на одном и том же месте, пока существует малинник. Осенью все старые лозы, давшие плоды, срезаются до земли. Известно, что малина сильно истощает почву, и вследствие этого стремится выпускать новые побеги все дальше и дальше от маточного куста, что в особенности заметно на тощих почвах, а также и при слишком затененном положении. Во избежание этого должно поступать так: почву около куста кругом на 30 или 40 см, смотря по развитию кустов, следует ежегодно сильно удобрять навозом и прикрывать листьями и из молодых побегов, которые будут появляться при самом кусте, оставлять самые ранние и самые сильные, счетом по четыре сбереженную правильной культурой. Этот способ культуры имеет, однако, один крупный недостаток: он требует на единицу площади гораздо большего количества саженцев. Применяя этот способ последовательно, надо брать междурядья в 1,5 метра (более узкие междурядья нельзя будет удобно обрабатывать конными орудиями), в рядах же сажать растения не дальше 70 см друг от друга.

148. Какая нужна малине земля и как ее подготовить?

Малина имеет мочковатые корни, которые и требуют себе много пищи, по этой причине для нее нужна сильная, богатая земля. Вот почему малина особенно успешно родится на новях и черноземе, но если такой земли нет, хорошей начальной подготовкой с ежегодным обильным навозным удобрением всякую плохую землю можно довести до дела, и малина отлично привьется. При выборе земли надо помнить, что куст малины, имеющий большое количество побегов и листьев, берет много воды, значит, земля, кроме того, должна быть слегка влажная. Поэтому, лю, этим самым сохраняет растению влажность. Когда посадка окончена, первая забота — дать корню хорошенько укрепиться в земле; для этого каждый посаженный кустик с плодовыми почками надо обрезать и оставить только маленький тычок в 10 — 15 см сверх земли с нижними неплодовыми почками.

151. Легкий способ размножения малины.

Размножается делением или черенками. Раннею весною, по оттаянии почвы, старые растения делить по числу укоренившихся побегов. Крупные корни разрезать на куски по 7 см длины. Разложить корни на гряде и засыпать на 1,5 пальца рыхлой песчанистой землей. Плоды получаются на 3-й год. На черенки разрезать весною же прошлогодние здоровые побеги, оставляя по 3 почки на каждом. Сажать должно вкось на затененном влажном месте. Весною следующего года пересадка, а весною третьего года пересадка в плодовый сад.

152. Культура малины.

Малина любит росу, но не любит капающей с дерев

144. Способ ухода за малиной.

Кусты малины рассаживаются на расстоянии 1 метра. Каждому кусту оставляется не более четырех лоз, идущих от корневища. Каждая пара лоз двух противостоящих кустов верхушками пригибается друг к другу и связывается мочалой. В таком виде и распорядке держатся кусты постоянно на одном и том же месте, пока существует малинник. Осенью все старые лозы, давшие плоды, срезаются до земли. Известно, что малина сильно истощает почву, и вследствие этого стремится выпускать новые побеги все дальше и дальше от маточного куста, что в особенности заметно на тощих почвах, а также и при слишком затененном положении. Во избежание этого должно поступать так: почву около куста кругом на 30 или 50 см, смотря по развитию кустов, следует ежегодно сильно удобрять навозом и прикрывать листьями и из молодых побегов, которые будут появляться при самом кусте, оставлять самые ранние и самые сильные, счетом по четыре при каждом кусте; остальные, появляющиеся как при самих кустах, так и в отдалении от них, старательно уничтожать при самом появлении их. Этим приемом достигается усиленное кормление оставленных при кустах четырех молодых побегов и крупнота ягод на старых лозах. Кроме того, мы еще обеспечиваем себя в этом случае появлением достаточного числа молодых побегов при кустах, что имеет значение при выборе, т.к. важно оставлять из них только хорошо развитые. При таком строго выдержанном уходе за малиною сбор урожая чрезвычайно облегчается: она дает много хорошей ягоды.

145. Как получить позднюю малину.

Весною побег (которому идет второе лето) обрезать на 3/4 его длины, оставив на нем 2 почки нижние. В июле побег, так обрезанный, выгонит длинную ветвь, у которой вершина вытянется в цветочную веточку, а из пазух листьев выйдут новые цветочные веточки. Цветение это будет позднее, и ягоды начнут поспевать с 1/2 августа до 1/2 сентября. Ягоды будут чистые, довольно крупные. Но на каждом кусте не следует делать более одной такой поздней ветки, иначе если обрезать так коротко много веток, то начнется усиленная выгонка летних побегов, а плодоносных веток больше двух вряд ли получится.

146. Культура малины в засушливых местностях.

Как известно, малина для своего произрастания требует значительных количеств влаги; это объясняется большой листовой поверхностью малинового куста, при сравнительно малой площади земли, занимаемой корнями малины. Следующий способ дает хорошие результаты даже в сухие годы. Ряды малины проводятся на 1,5 метра друг от друга, расстояние в рядах — 90 см. Кустам не дают сильно разрастаться, а направляют всю энергию куста на один, два или, самое большое, три побега, обыкновенно же довольствуются одним побегом. Воспитываются побеги в форме деревцев, что достигается прищипыванием в течение лета на высоте 90 см для получения боковых веточек. Из вырастающих от корня новых побегов, оставляются для плодоношения следующего года только 1-3 самых сильных, остальные уничтожаются при самом появлении. Идея этого способа, а именно более густая посадка кустов с оставлением на каждом небольшого числа побегов, кажется мне вполне правильной.

147. Использование почвенной влаги.

Дело в том, что, как известно каждому практику, влага в почве передвигается в горизонтальном направлении чрезвычайно медленно; поэтому, при теперешнем способе культуры с редкой посадкой очень сильно разрастающихся кустов во время засухи можно наблюдать резкую разницу в содержании влаги под кустами, в области корней и на свободной почве, не отеняемой кустами; здесь влаги значительно больше, чем под кустами. Равномерное и более густое распределение кустов даст возможность гораздо совершеннее использовать почвенную влагу, накопленную зимою и сбереженную правильной культурой. Этот способ культуры имеет, однако, один крупный недостаток: он требует на единицу площади гораздо большего количества саженцев. Применяя этот способ последовательно, надо брать междурядья в 1,5 метра (более узкие междурядья нельзя будет удобно обрабатывать конными орудиями), в рядах же сажать растения не дальше 70 см друг от друга.

148. Какая нужна малине земля и как ее подготовить?

Малина имеет мочковатые корни, которые и требуют себе много пищи, по этой причине для нее нужна сильная, богатая земля. Вот почему малина особенно успешно родится на новях и черноземе, но если такой земли нет, хорошей начальной подготовкой с ежегодным обильным навозным удобрением всякую плохую землю можно довести до дела, и малина отлично привьется. При выборе земли надо помнить, что куст малины, имеющий большое количество побегов и листьев, берет много воды, значит, земля, кроме того, должна быть слегка влажная. Поэтому, чтобы получилось больше толку, задумавши весной рассаживать малину, выбранное место под огород нужно задолго, еще с осени, как можно старательнее подготовить глубокой вспашкой, на 40 — 50 см с навозом, а еще лучше не полениться вскопать весь огород, ранней осенью, перевашивая поглубже, лопаты на две, прибавляя к верхним слоям навозу. Такая обработка, правда, требует много труда, но зато считается для малины самой желательной и подходящей. Там, где ручной перевал при очень больших огородах затруднителен, вспашку можно делать обыкновенным плугом и почвоуглубителем, или в крайнем случае перестроять сохой. Весной перед посадкой следует опять хорошенько разрыхлить землю. При осенней посадке работу по обработке земли надо сделать ранней весной. Глубокая вспашка — первое и самое необходимое дело, рыхлая, мягкая земля и корень лучше сохранить, и водицы надолго накопить. Высокие и сухие места на солнечном припеке под малину неудобны.

149. Когда и как рассаживать малину?

Правильная, разумная посадка и заботливый уход — это залог будущего урожая, на них поэтому нужно обратить особенное внимание. В южных местах осеннюю посадку предпочитают, так как на зиму корень успевает окрепнуть. При суровой зиме посадку удобнее производить весной, и чем раньше, тем лучше, как только земля оттает, и почки малины еще не успеют разбухнуть. Для посадки нужно хорошенько отобрать от корня однолетние мочковатые, сильные корневые отпрыски, потому что зеленые весенние и летние побеги не всегда хорошо приживаются и часто после посадки чахнут. Отобранные побеги получше очистить и перед посадкой следует держать в мокрой земле, жидком навозе или сажать с земляным комом, чтобы уберечь мочки от высыхания. Сажать правильными рядами. Между рядами должно быть не менее 1 — 1,5 метра, а между кустами 0,7 — 1 метр. Такая посадка, кроме пользы растению, дает возможность на больших огородах пропахивать и полоть с помощью плугов и пропашников.

150. Посадка малины в междурядиях плодового сада.

Если малину рассаживают между плодовыми деревьями, в саду следует также глубоко обработать промежуточные полоски, и крайние кусты малины располагать от деревьев не меньше 1,5 — 2 метра, чтобы они друг другу не мешали. Чтобы работа шла сподручнее, сажать надо вдвоем или втроем, под лопату: один копает ямки, другой аккуратно сажает, третий подносит рассадки и делает лунки для поливки. После посадки, несмотря ни на какую погоду, нужно обязательно полить каждый кустик настолько, чтобы около них получилась жидкая грязь. Одного ведра воды довольно на 4 — 5 кустов. Вслед за посадкой необходимо каждый кустик, по лунке, обложить перепревшим навозом, он, кроме удобрения, затеняет землю, этим самым сохраняет растению влажность. Когда посадка окончена, первая забота — дать корню хорошенько укрепиться в земле; для этого каждый посаженный кустик с плодовыми почками надо обрезать и оставить только маленький тычок в 10 — 15 см сверх земли с нижними неплодовыми почками.

151. Легкий способ размножения малины.

Размножается делением или черенками. Рано весною, не отделяя лозы, старые растения делить по числу укоренившихся побегов. Крупные корни разрезать на куски по 7 см длины. Разложить корни на грядке и засыпать на 1,5 пальца рыхлой песчаной землею. Через год пересаживаются на 3-й год. На черенки разрезать весною же прошлогодние здоровые побеги, оставляя по 3 почки на каждом. Сажать должно вкось на затененном влажном месте. Весною следующего года пересадка, а весною прошлого года пересадка в плодовый сад.

152. Культура малины.

Малина любит росу, но не любит капающей с деревьев воды. Лучшие плоды получаются на открытом месте, обращенном на полдень, в хорошей тяжелой жирной земле. Расстояние — 0,9 м. Вдоль рядок проводить шпалеру с 2 жердями на высоте 50 и 90 см от земли, к ним привязывают молодые побеги. Срезать побеги, давшие плоды. Оставлять от 3 до 6 лучших побегов, остальные срезать. Для получения поздних плодов срезать сильные побеги до 2-го или 3-го глазка, из этих глазков развиваются боковые побеги, дающие плоды несколькими неделями позже главных. При надлежащем уходе необходимо возобновление малины только через 15 или 20 лет.

153. Культура малины.

Удобрять малинник навозом осенью, поливать жидким удобрением летом. Сажать в шахматном порядке на расстоянии 1 метр х 1,5 х 2 метра. Покупать лучше с осени; купленные растения прикапывают на зиму на сухой грядке на открытом воздухе или в подвале. Рассаживают весною. Весною вырезывать сушь. На каждом кусте оставлять от 2 до 4 наиболее сильных прошлогодних побегов, не пострадавших от мороза и приходящихся ближе к центру; укорачивать их на 1/4; прочие прошлогодние побеги удалять совсем. Прошлогодние побеги, вырезываемые по окружности куста, можно отдирать вместе с их корнями. Ими пользуются для размножения малины и рассаживают на разводочные грядки на расстоянии 0,5 м. В начале лета подрезать молодые (годовалые) побеги: на каждом кусте оставлять не более 6, приходящихся ближе к центру; прочие удалять совсем. Весною, когда набухают почки, развязывать прошлогодние побеги дугою, связывая верхушками с прошлогодними побегами соседнего растения; годовалые подвязывать к кольям. Летом рыхлить почву, полоть, поливать жидким удобрением. Осенью пригибать годовалые побеги к земле, чтобы завалило снегом.

154. Малина годна на живую изгородь.

Посадка производится в 1 ряд; расстояние 50 см. Вбивать колья и поперечную жердь на высоте 1 метр; привязывать во 2-м году побеги под углом 45 градусов, выше жерди обрезывать ежегодно весною по горизонтальной линии.

155. К вопросу о культуре ежевики.

Кустарник этот отличается нетребовательностью к почве и месту, прекрасно растет на открытом солнечном месте и в тени, на площади и на склонах, а также может служить защитным насаждением, будучи насаженным у забора. Как вьющееся растение, могущее служить довольно хорошей защитой, можно рекомендовать ежевику европейскую с черной ягодой. Этот сорт, родоначальник ежевики с черными ягодами, очень вынослив и хорошо вооружен. Разводить ежевику очень легко, нагибая к земле концы побегов. Нагнутый побег пришпиливают крючком и засыпают землею, после чего в присыпанном месте образуются корни, и получается отдельное растение.

156. Подвязка побегов ежевики.

Побеги ежевики подвязывают так же, как и побеги малины, к кольям или к проволокам, натянутым по обеим сторонам рядов. В Америке особенно часто ежевика подвязывается к проволокам, которые, имея в виду сильный рост побегов, располагаются в два и даже в три ряда одна над другой. Кусты ежевики, находятся на одном и том же месте до 15 лет. Ежевика подвязывается часто также к кольям, направляя побеги дугообразно. Иногда ежевика подвязывается также к шпалерам, направляя побеги наклонно на некотором расстоянии один от другого. Подвязка кустов производится ежевики уже с первого года, когда побеги достигнут соответствующего роста и не будут в состоянии сами прямо держаться. Кроме того, подвязка побегов необходима еще потому, что оставленные неподвязанными побеги спутываются между собою, что мешает правильному уходу за самими кустами.

157. Защита ежевики на зиму.

Как нами сказано было уже, большая часть сортов ежевики требует на зиму защиты. С этой целью осенью, после вырезки плодоносивших стеблей, молодые побеги пригибаются низко к земле и в таком положении пришпиливаются деревянными крючками, после чего сверху прикидываются листьями; будучи занесены потом снегом, кусты прекрасно переносят зиму под снежным покровом. В более холодных местностях ежевика требует более основательной покрышки, почему поверх листьев кусты прикидываются еще землею, вынутой из междурядий. Весною защитный слой удаляется, побеги расшпиливаются, и кусты подвязываются.

158. Обрезка ежевики.

У ежевики плоды образуются обычно на двухлетних побегах; впрочем, надо заметить, что двухлетние стебли ежевики не пропадают после плодоношения, и часто на нижней части побега образуются плоды и на третий год. Тем не менее для удобства ухода за кустами все двухлетние побеги после их плодоношения обычно вырезаются. Так как вырезка этих побегов без особых приспособлений является чрезвычайно затруднительною, и побеги, густо усаженные шипами, нередко сильно ранят руки, то для вырезки плодоносивших побегов применяются специальные крючкообразные ножи, насаженные на палки; палки эти у верхнего конца снабжены кожаными петлями, куда вкладывается при работе рука. У ползучих ежевик ограничиваются обыкновенно только укорачиванием побегов при весенней их подвязке и удалением лишних побегов. Молодые побеги укорачиваются обыкновенно в первый год их роста с тем, чтобы заставить их ветвиться и сделать стебли по возможности более устойчивыми. Молодые побеги укорачиваются обыкновенно летом, когда они достигнут 50 — 70 см роста. Благодаря такому укорачиванию ветви образуются на нижней части побега, что придает ему большую устойчивость. Укорачивание должно быть произведено вовремя, так как если оно будет сделано поздно, боковые ветви образуются только на верхней части побега. Затем в то же лето укорачиваются также боковые ветви, когда они достигнут 35 — 50 см длины; некоторые садоводы, впрочем,советуют укорачивание этих побегов не производить.

159. Сбор ягод ежевики.

Сбор ягод ежевики нужно производить, соблюдая некоторые особенности, иначе они не будут иметь полноты вкуса. Ягоды других кустарников можно собирать впрозелень, от этого они не проиграют во вкусе, не то ягоды ежевики. Никогда не следует собирать их раньше полной зрелости. Культурная ежевика часто подвергается незаслуженным нареканиям только из-за привычки собирать ягоды слишком рано. Вследствие этого они чаще, чем другие ягоды, оказываются недозрелыми, а потребители, счи-

После этого их расстилают тонким слоем и просушивают где-либо в тепле (но не у печи).

161. Лучшим временем для посева крыжовника

следует признать осень. В редких случаях, когда семянцы крыжовника требуются тысячами, семена высеивают прямо на гряды, прикрывая их тонким слоем совершенно разложившегося перегноя. Весной, до появления всходов, гряды должны поддерживаться влажными. В первую весну, при осеннем посеве, окажется до 50-75% всходов; остальные семена, частью взойдут этим же летом, частью на следующий год. Если посев производится в меньших размерах, то выгоднее сеять в ящики, где является возможность лучше наблюдать за чистотой и влажностью почвы; при посеве в ящики, можно рассчитывать на первую же весну получить до 90% всходов. Ящики с посеянными семенами поливаются и выносятся на воздух; зимуют они где-нибудь у стены, с северной стороны ее, под толстым слоем снега. В случае если бы своих семян не было, и пришлось выписывать их, это следует сделать возможно раньше с осени; как только будут получены семена, их следует немедленно стратифицировать (т.е. смешать послойно с сырым песком), проморозить дня 2-3, а затем сохранять до весны в неморозном помещении, время от времени накладывая на поверхность земли в ящиках снегу. Весеянные весной такие семена дадут 30-40% всходов в первую весну, а остальные семена взойдут на вторую, а частью даже и на третью весну. Если посеять свежие семена сухими весной, до следующей весны всходов не получится. Следовательно, выгоднее всего высевать семена своего сбора, осенью в ящики.

162. Размножение крыжовника делением кустов.

Лучшим временем для деления является или ранняя весна, пока кусты крыжовника не тронулись еще в рост, или же ранняя осень, когда рост вполне уже закончился и листья успели огрубеть. При делении кусты вырывают, отряхивают от земли и при помощи ножа или топора, делят по числу корневых побегов, стараясь наносить возможно меньше поранений. Разделенные кусты тотчас же сажают на заранее приготовленные места, присыпав пораненные места толченым углем или золой.

163. Размножение крыжовника отводками.

Для этой цели выбираются молодые ветви, отходящие от куста возможно ближе к поверхности земли; в конце июня — в июле, смотря по тому, когда молодой прирост достаточно одеревенеет, эти ветви пригибаются к разрыхленной поверхности земли. На следующий год отводимые ветви могут быть отделены от материнского куста, так как на них образуется достаточное количество корней. Для того чтобы от одной такой ветви получить несколько отводков, поступают следующим образом: ранней весной пришпиливают прошлогодний побег возможно плотнее к земле в 2 — 3 местах, не засыпая землей. Вследствие такого положения почти каждый глазок, находящийся в пазухе листьев, даст побег. Как только побеги достигнут 10 — 15 см роста, ветвь присыпается землей, которая по возможности содержится влажной. К осени все вновь образованные побеги дадут корни, и, разрезав пришпиленную ветвь на части, мы получим столько же отдельных растений, сколько образовалось побегов на ветви. Наконец, можно срезать старый куст возможно ближе к поверхности земли; появляющаяся после срезки корневая поросль на следующую весну окучивается землей и по укоренении может быть рассажена отдельно.

164. Размножение смородины.

Смородина может быть размножена посевом семян и отводками, но вследствие того, что черенки смородины укореняются сравнительно очень легко, этот способ при-

черной смородины, но заслуживает внимания и разведение красной, белой и пестрой смородины черенками.

166. Разведение малины корневой порослью и посевом семян

безусловно заслуживает внимания, так как от посева плодоносящие кусты получаются уже на 3-й, а иногда даже на второй год. Первые урожаи обыкновенно бывают незначительны, и по ним еще нельзя судить о достоинстве ягод, так как эти последние с последующими урожаями улучшаются. Но самым употребительным способом разведения малины служит отсадка корневой поросли, которая у некоторых сортов образуется в изобилии. Взрыхлив слегка землю около кустов, поверхность междурядий покрывают парниковым перегноем и новым мотыжением смешивают перегной с землей. В результате такого ухода являются целые заросли корневых побегов, которые на следующую весну могут быть рассажены. В южных губерниях рассадку можно произвести и осенью, в более же суровых местностях надежнее эту работу производить весной.

167. Размножение ежевики семенами и корневыми черенками.

Семенные растения не дадут точно таких ягод, каковы были на маточных кустах, но во всяком случае ягоды получатся достаточно вкусные и крупные. Лучшим способом разведения ежевики являются корневые черенки. Рано весной выкапываются кусты ежевики, и от них отнимают часть корней в толщину гусиного пера и больше. Нарезав из на куски в 5 — 7 см длиной, раскладывают на поверхности земли в ящиках вышиной приблизительно 10 — 15 см и слегка прикрывают рыхлой землей. Такие ящики, покрытые для предупреждения высыхания земли стеклом, ставятся в парники, где куски корней вскоре дадут побеги и закоренятся. Если размножение ежевики производится в больших размерах, куски корней можно сажать прямо на гряды на расстоянии 25 — 30 см между рядами и до 15 см между отдельными кусками корней в рядах. Если не хотят выкапывать маточных кустов для отнятия у них корней, можно кусты подкапывать сбоку и отнимать только часть корней, после чего маточное растение вскоре оправляется.

168. Разведение ежевики дуговыми отводками.

Ежевика размножается самыми разнообразными способами. Интересно размножение ежевики дуговыми отводками: в августе делают заостренным колышком углубление, в которое помещается верхушка корневого отпрыска, сгибаемого для этой цели в виде дуги. Засыпанная землей, верхушка укореняется, после чего побег может быть перерезан пополам, и обе части отсажены как самостоятельные растения.

169. Сохранение ягодных семян до посева.

В случае, если бы не было возможности собрать семена в своем хозяйстве, а пришлось бы выписать их откуда-либо со стороны, это необходимо сделать возможно раньше весною; как только будут получены семена, их следует смешать с влажным песком и в течение зимы, предварительно проморозив дня два-три, сохранять в неморозном помещении, время от времени накладывая на поверхность ящиков снега. Высеянные весной, такие семена дадут 30-40% всходов в первую весну, а остальные взойдут только на следующую весну, причем значительная часть семян совершенно не взойдет. Если семена сохранить сухими до весны и посеять только весной, всходы получатся только следующей весной, а часть семян совершенно не взойдет. Вот почему и следует стараться все семена, какие только позволяют местные условия и климат, выводить в своем хозяйстве: их и отобрать можно лучше, и посеять вовремя.

170. Как получить огромные ягоды крыжовника.

...ность. Когда по-
...ить хорошенько
...ий посеченный кустик
...ть и оставить только ма-
...ы семян с нижними не-

...ения малины.

...черенками. Раннею вес-
...растения делить по числу
...е корни разрезать на ку-
...торые на тряде и засыпать
...разрезать весною же про-
...ставляя по 3 почки на
...затененном влажном ме-
...рессадка, а весною треть-
...а.

...ит капающей с деревьев
...на открытом месте, об-
...тяжелой жирной земле.
...проводить шпалеру с 2
...земли, к ним привязы-
...ги, давшие плоды. Ос-
...остальные срезать. Для
...сильные побеги до 2-го
...звиваются боковые по-
...неделями позже глав-
...бходимо возобновление
...т.

...ью, поливать жидки...
...ном порядке на рас...
...ть лучше с осени; ...
...ему на сухой ...
...саживают весною. Вес-
...кусте оставлять от 2 до
...побегов, не пострадав-
...е к центру; укорачивать
...побеги удалять совсем.
...е по окружности куста,
.... Ими пользуются для
...на разводочные гряды
...одрезать молодые (го-
...авлять не более 6, при-
...алять совсем. Весною.
...прошлогодние побеги
...годними побегами со-
...ать к кольям. Летом
...кидким удобрением.
...земле, чтобы завалило

...городь.

...тояние 50 см. Вбивать
...1 метр; привязывать
...усов, выше жерди об-
...тальной линии.

...ики.

...овательностью к по-
...ытом солнечном ме-
...ах, а также может
...ии насаженным у
...ы служить доволь-
...ить ежевику евро-
...т родоначальник
...ий и хорошо во-
...ы, нагибая к земле
...ают крючком
...ом месте об-
...ы.

насаженные на палки, или эти стебли обвязываются кожаными петлями, куда вкладывается при работе рука. У ползучих ежевик ограничиваются обыкновенно только укорачиванием побегов при весенней их подвязке и удалением лишних побегов. Молодые побеги укорачиваются обыкновенно в первый год их роста с тем, чтобы заставить их ветвиться и сделать стебли по возможности более устойчивыми. Молодые побеги укорачиваются обыкновенно летом, когда они достигнут 50 — 70 см роста. Благодаря такому укорачиванию ветви образуются на нижней части побега, что придает ему большую устойчивость. Укорачивание должно быть произведено вовремя, так как если оно будет сделано поздно, боковые ветви образуются только на верхней части побега. Затем в то же лето укорачиваются также боковые ветви, когда они достигнут 35 — 50 см длины; некоторые садоводы, впрочем, советуют укорачивание этих побегов не производить.

159. Сбор ягод ежевики.

Сбор ягод ежевики нужно производить, соблюдая некоторые особенности, иначе они не будут иметь полноты вкуса. Ягоды других кустарников можно собирать впрозелень, от этого они не проиграют во вкусе, не то ягоды ежевики. Никогда не следует собирать их раньше полной зрелости. Культурная ежевика часто подвергается незаслуженным нареканиям только из-за привычки собирать ягоды слишком рано. Вследствие этого они чаще, чем другие ягоды, оказываются недозрелыми, а потребители, считая их спелыми ввиду черного цвета, жалуются на горечь и кислоту ягод. Лишь при отправке ягод на отдаленные рынки приходится по необходимости собирать их твердыми в ущерб качеству. Для домашнего потребления ягоды следует оставлять до полного созревания, когда черные ягоды покроются сизым налетом и станут мягкими. Собранные ягоды не следует оставлять на солнце, так как через несколько минут они краснеют и становятся горькими и невкусными. Сохранять их долго тоже нельзя: они теряют вкусовые качества. В 1907 году я делал пробы сохранения ягод в сухом погребе и комнате. На 4-5-й день вид ягод был хороший, но вкус изменился до неузнаваемости: кислота исчезла, осталась лишь приторная сладость; морщиться ягоды начали на 6-7-й день.

Многих пугает сбор ягод ежевики, так как растение сильно вооружено шипами. Но это напрасно. Ягоды растут на концах ветвей, а потому их можно срывать, избегая вполне шипов.

160. Способы разведения ягодных кустарников.

Крыжовник с полным успехом может быть размножаем посевом семян. Если внимательно отбирать посевные ягоды и правильно обращаться с ними для получения семян, результаты посева получатся вполне заслуживающие внимания. Правда, из семян не получить точно таких растений, от которых были взяты семена для посева, тем не менее семенные кусты почти без исключения дадут достаточно крупные, вкусные ягоды, и это самое главное в саду, который прежде всего должен стоить недорого. Семенные кусты обыкновенно начинают плодоносить на 4-5-м году от посева; срок этот не должен казаться особенно долгим, так как и отводочные экземпляры первые ягоды начинают приносить не ранее 3-4-го года. Для получения лучших результатов от посева, следует заранее отметить лучшие побеги с ягодами, выстричь большую часть ягод или оборвать, оставив только приблизительно половину или даже третью часть их. Эту операцию следует произвести не позднее того времени, когда ягоды достигнут половины натуральной величины; в это время и производят прострижку ягод, оставляя более крупные и правильной, типичной для данного сорта формы. Чем дольше останутся на растениях ягоды, тем лучше; снимать их следует в то время, когда ягоды уже совершенно размякнут и будут легко давиться руками. Собранные ягоды кладут в тарелку с холодной водой и хорошенько разминают, чтобы очистить от мякоти; промывание это проделывают несколько раз, пока семена не будут совершенно очищены.

От куста возможно ближе к поверхности земли; в конце июня — в июле, смотря по тому, когда молодой прирост достаточно одеревенеет, эти ветви пригибаются к разрыхленной поверхности земли. На следующий год отводимые ветви могут быть отделены от материнского куста, так как на них образуется достаточное количество корней. Для того чтобы от одной такой ветви получить несколько отводков, поступают следующим образом: ранней весной принпиливают прошлогодний побег возможно плотнее к земле в 2 — 3 местах, не засыпая землей. Вследствие такого положения почти каждый глазок, находящийся в пазухе листьев, даст побег. Как только побеги достигнут 10 — 15 см роста, ветвь присыпается землей, которая по возможности содержится влажной. К осени все вновь образованные побеги дадут корни, и, разрезав пришпиленную ветвь на части, мы получим столько же отдельных растений, сколько образовалось побегов на ветви. Наконец, можно срезать старый куст возможно ближе к поверхности земли; появляющаяся после срезки корневая поросль на следующую весну окучивается землей и по укоренении может быть рассажена отдельно.

164. Размножение смородины.

Смородина может быть размножена посевом семян и отводками, но вследствие того, что черенки смородины укореняются сравнительно очень легко, этот способ применяется чаще. В местностях с очень суровым климатом более надежные результаты получаются при посадке черенков в открытом грунте ранней весной, как только земля будет достаточно подготовлена. Черенки заготавливаются с осени, как только опадет лист, и хранятся подобно тому, как хранятся прививочные черенки плодовых деревьев. Длина черенков дается обыкновенно от 25 до 40 см, в зависимости от числа глазков и величины междоузлия: на черенке должно быть не менее 4-6 глазков, из которых половина оставляется над поверхностью земли. Сажать черенки следует, делая предварительно углубления в почве при помощи заостренного колышка, иначе легко задрать кожицу на нижнем конце черенка; поместив черенок в сделанной ямке, его следует плотно обжать землей, иначе может образоваться плесень. На черенки берут обыкновенно однолетние побеги, но за недостатком таковых можно брать и двухлетние. Гряды для посадки устраиваются в зависимости от климатических условий, т.е. в суровых местностях для лучшего прогревания гряд их поднимают до 20 см вышины; при высоком стоянии грунтовой воды черенковые гряды делают еще выше. Чем далее к югу, тем вышина гряд уменьшается, в местностях же с засушливым климатом только намечаются дорожки, гряды же нисколько не возвышаются над уровнем почвы.

165. Размножение смородины вызревшими побегами.

Посадка производится поздней осенью и хотя дает меньший процент укоренившихся черенков, но заслуживает внимания тем, что растения от осенней посадки развиваются несравненно сильнее, а через год значительная часть их приходит с плодом. Для удобства ухода за черенковыми растениями, в смысле рыхления поверхности почвы и уничтожения сорных трав, расстояния между рядами даются до 40 см, а в рядах между растениями— около 30 см. Чем суше климат, тем глубже должны быть посажены черенки; в засушливых местностях достаточно оставить над поверхностью почвы два и даже один глазок. До полного укоренения черенков гряды должны содержаться влажными; с целью уменьшения хлопот и расходов по поливке, поверхность черенковых гряд полезно покрыть перегноем или каким-либо другим оттеняющим материалом. Но нельзя сажать черенки на затененные гряды, потому что при таких условиях получатся менее плодоносные кусты. Надежнее всего укореняются черенки

ми: в августе делают заст... в которое помещается верхушка корневого отпрыска, согнутая для этой цели в виде дуги. Засыпанная землей, верхушка укореняется, после чего побег может быть перерезан пополам, и обе части отсажены как самостоятельные растения.

169. Сохранение ягодных семян до посева.

В случае, если бы не было возможности собрать семена в своем хозяйстве, а пришлось бы выписать их откуда-либо со стороны, это необходимо сделать возможно раньше весною; как только будут получены семена, их следует смешать с влажным песком и в течение зимы, предварительно промороживая дня два-три, сохранять в неморозном помещении, время от времени накладывая на поверхность ящиков снега. Высеянные весной, такие семена дадут 30-40% всходов в ...ую весну, а остальные взойдут только на следующую весну, причем значительная часть семян совершенно не даст всходов. Если семена сохранить сухими до весны и посеять только весной, всходы получатся только следующей весной, а часть семян совершенно не взойдет. Вот почему и следует стараться все семена, какие только позволяют местные условия и климат, выводить в своем хозяйстве: их и отобрать можно лучше, и посеять вовремя.

170. Как получить огромные ягоды крыжовника.

Крупноплодные сорта крыжовника сажаются в сильную, глубокообработанную землю, и штамбы обкладываются свежим коровьим навозом или голубиным пометом толщиною в 5 — 10 см. Поливка делается ежедневная чистою водою или навозною жижею. Кроме того, на каждой ветке куста оставляют небольшое число ягод так, чтобы они не касались друг друга. Дальнейший уход за ягодами состоит в следующем: между ними выбираются самые крупные, и к верхушке чашечки каждой такой ягоды прикрепляется кусочек свинца, весом до 8 — 10 г. Этот прием усиливает приток сока и быстро увеличивает самую ягоду. Далее под эти ягоды подставляют маленький тазик с водой, в который опускают шерстяную нитку, верхним концом которой обматывают стебелек ягоды. Кроме того, обязательно делается ежедневное опрыскивание кустов водою, а в сухую погоду под каждый куст ставят сосуд с водою для поддержания влажности окружающего воздуха. При таком хлопотливом и тщательном уходе за ягодами нет ничего удивительного в том, что зрелые ягоды в 30 — 45 граммов весом не представляют даже редкости.

171. Летняя обрезка крыжовника.

Летняя обрезка крыжовника предпринимается в то время, когда начнут наливаться ягоды. Она имеет целью удаление всех мелких, слаборазвитых побегов и побегов водяных, которые только напрасно отнимают у растения питательный материал, необходимый для лучшего развития плодов. При этом можно удалять даже часть ягод (когда они достигнут четверти свое... величины), чтобы через это оставшиеся на кусте развили... особенно роскошно. Заметим, что крыжовник лучше развив... и плодоносит, если его иметь в поперечниках не более 5,6 м.

172. Обрезка и удобрение смородины.

В обычной кустовой форме обрезка смородины сводится к удалению старых, 6-7-летнего возраста ветвей с целью дать больше света и свободы развития молодым плодоносящим побегам. Вырезают все сухие ветви, короткие плодовые ветки, находящиеся слишком близко к земле. Летом вырезают все лишние молодые побеги, по мере их появления, оставляя на кустах средней силы от 3 до 5, на более сильных от 5 до 8 побегов. При вырезке обращать внимание, чтобы остающиеся побеги не перекрещивались. Относительно прищипывания верхушек побегов, следует заметить, что польза этого приема по меньшей мере сомнительная и едва ли может быть рекомендована. Удобрять ягодные кустарники можно весной золой, приступая к очистке кустов: рассыпав по поверхности почвы

золу, смешивают ее легким, поверхностным рыхлением с землей и после этого уже покрывают почву перегноем.

173. Как поправить измельчавшие кусты красной смородины.

Измельчавшие кусты красной смородины следует окопать канавками, глубиной около 40 — 45 см, такой же ширины; канавки следует рыть, отступив от центра кустов в обе стороны также на 40 — 45 см, смотря по размерам кустов. Так как кусты смородины сажаются обыкновенно рядами, то удобнее всего окопать их продольными канавками, расположенными на указанном выше расстоянии по обе стороны кустов. В эти канавки засыпьте или ту же землю, основательно удобрив ее совершенно разложившимся перегноем, томасшлаком (фунта по 1,5-2 на куст) и каинитом, приблизительно в таком же количестве. С успехом можно применить для примеси к этой земле золу и костяную муку. Кроме указанного приема, кусты смородины необходимо омолодить и проредить; с этой целью вырежьте более старые ветви в кустах и оставьте только по 5-6 лучших побегов. После указанных операций в год—два плантация красной смородины сделается положительно неузнаваемой.

174. Причины безплодия черной смородины.

Причины безплодия черной смородины могут быть следующие: 1) Посадка кустов в затененном месте. При этом кусты сильно разрастаются, гонят побеги почти по 2 м в длину, с громадными листьями, но плодоношение сводится к минимуму. 2) Недостаток влаги в почве также может явиться причиной бесплодия черной смородины; следует заметить, что в огромном большинстве случаев, где нам приходилось наблюдать бесплодие этого ягодного кустарника причиной была именно недостаточная влажность почвы. 3) В чрезмерно жирной почве кусты смородины точно так же дают громадные, темно-зеленые листья, но очень мало ягод. В этом случае может помочь прием, указанный выше для исправления измельчавшей красной смородины, но вместо того, чтобы набивать в канавки сильно удобренную землю, туда насыпают глинистой земли, смешанной с золой и томасшлаком или костяной мукой.

175-177. Посадка смородины и крыжовника черенками.

Посадка черенками черной смородины и крыжовника, несмотря на свои преимущества перед посевом, не всегда удается вследствие летней жары. Ввиду этого заслуживают полного внимания практические приемы посадки черенками смородины и крыжовника, с успехом практикуемые при летней температуре, нередко достигающей на солнце 42-48 градусов. Если требуется посадка сравнительно небольшого количества черенков, то лучше всего сажать их предварительно в цветочные горшки. Посадка производится или поздней осенью, или ранней весной, как только оттает снег. В каждый большой цветочный горшок сажают по 6-7 черенков, обильно поливают водою и закапывают горшки наполовину в землю в затененном месте. Так их держат все лето, поливая по мере надобности и ничем не прикрывая землю в горшках. В течение лета черенки вполне укореняются; осенью их высаживают или прямо на назначенные места, или в питомник. Самую высадку черенков из горшков производят так: длинным, острым ножом обрезают землю вдоль стенок горшка, вынимают

бывается и притенение черенков щитами. Весьма удобно сверх того притенять черенки дощечками, вбитыми рядом в землю с южной (солнечной) стороны, в наклонном к северу положении. Дощечки укрепляются кольями, поставленными по концам грядки с поперечной тесиною, которой поддерживаются дощечки снизу. В течение лета при таких условиях черенки настолько укореняются, что осенью их можно уже пересадить: более развившиеся прямо на место, а слабейшие — в школу. Такую пересадку следует делать "со стулом", т.е. с комом земли вокруг корешков. Очень нежные черенки крыжовника лучших сортов необходимо совершенно затенять в течение всего лета, так как даже в этих условиях, при засушливом лете, они не всегда выдерживают прямую посадку в грунт. Для укоренения их лучше всего сажать в цветочные горшки и держать горшки в солнечную пору в садовом сарае (поливая при малейшем засыхании земли в горшках); выставлять же на открытый воздух следует только в ночное время или в пасмурную погоду и под дождь. Способ этот дает вполне надежные результаты.

180. Сорта смородины для приготовления вина.

1. С красными ягодами: вишневая, кавказская вишневая с длинной кистью. 2. С белыми ягодами: английская крупная, белая, белая голландская крупноплодная. На разведение этих сортов должно обратить особое внимание, так как приготовляемое из них белое вино ценится много дороже. 3. С черными ягодами: неаполитанская черноплодная. Для разведения в небольшом размере можно рекомендовать далее следующие сорта: а) с плодами телесного цвета: крупную шампанскую, голландскую, крупную розовую; б) с полосатыми плодами; в) с желтыми или буроватыми плодами: желтую и серо-желтую. Общество немецких помологов для повсеместного разведения рекомендует следующие сорта: из красных — голландскую, версальскую и кавказскую; из белых — голландскую крупную и из телесных— тоже голландскую крупную.

181. Как выращивают малину в горшках.

Для получения сильных горшечных экземпляров малины, приготовляют хорошо обработанную и сильно удобренную гряду, на которой и рассаживают сильную поросль малины, укорачивая побеги на 1/3 и даже на 1/2 их длины. Появляющиеся бутоны выщипывают, чтобы тем самым все силы растения направить на образование крепкой древесины. Достаточно на каждом растении оставить 3-4 лучших побега; остальные вырезают. В половине августа кусты высаживают с комом в 25 — 30 см горшки; для лучшего укоренения, горшки с растениями закапывают тут же в грядах, а на зиму вносятся в неморозное, но и не отапливаемое помещение. Выгонку можно начинать, смотря по имеющемуся для этой цели помещению, с января.

182. Удобрение ягодных кустов голубиным пометом.

Рекомендуется удобрять ягодные кустарники 25% раствором голубиного помета, бродившего 1 неделю; крыжовник поливать 3 раза в лето (по распускании листьев, во время цветения, по образовании завязей), смородину — 2 раза (по распускании листьев, по образовании завязей).

183-184. К культуре крупноплодных сортов смородины и крыжовника.

Полезно развязывать по обручу. Все побеги прищипывать когда достигнут 40-50 см длины. Многолетние ветви обрезать только в случае чрезмерного удлинения. Запущенные старые кусты можно вполне исправить таким образом в . года.

186. Уход за крыжовником.

Крыжовник хорошо плодоносит и дает крупные ягоды до 10 лет. Молодить (обновлять) более старые кусты сущности не стоит; кто желает все-таки молодить, тот должен срезать весь куст до корней шейки, а землю у корня разрыхлять; на молодой поросли оставить 6-7 побегов; в расстоянии 50 см от куста выкопать старую землю на 3-40 см глубины, вырезать старые корни, выходящие сюда и засыпать перегноем наполовину с песком и дерновой землею; урожай получится на 3-й год, а когда обновленные кусты перестанут давать крупные ягоды, выбросить их. Ягоды образуются на 2-летних побегах. Весною (в марте и апреле) вырезать все неплодоносные побеги до основания; из плодоносных удалять только неправильно растущие. Длинные, сильно растущие побеги укоротить до сильного глазка или до хорошего бокового побега. Удалять корневые и водяные побеги. Верхушки главной ветви вообще не обрезать, но в случае ее чрезмерного удлинения обрезать до ближайшего бокового побега, который и заменит главный. Густо сидящие боковые побеги укорачивать на 2-3 глазка. Летом во время созревания ягод удалять все вновь вышедшие слабые корневые и водяные побеги.

187-188. К культуре смородины и крыжовника.

Старые ветви смородины (4 года и старше) вырезать до корня; вырезать перекрещивающиеся и густые ветви; оставлять 5-6 основных побегов, у черной смородины больше; весной укорачивать однолетние побеги на 2-3 глазка, 2-3-летние — на 3-5 глазков. При такой обрезке смородины не требуется обновление насаждения. Лучшие ягоды дают штамбовый и шпалерный крыжовник (особенно последний). Крону образовать на высоте 1-1,2 м из 3-4 веток; из каждой ветки пускать не более 4 побегов и держать не длиннее 7 дюймов. Шпалеру вести с востока на запад 1 метр вышиною и развязать по шпалере в виде опахала.

189. Обновление старых ягодных плантаций.

Очень часто при плохом уходе за плантацией, ягодные кустарники перестают плодоносить раньше времени. Если плантация не совсем старая, а только запущена, то соответствующими приемами ее можно заставить еще плодоносить. Для этого прежде всего необходимо удалить все старые полузасохшие стебли смородины и затем омолодить кусты. На запущенных плантациях при прореживании вырезают сначала внутренние стебли с тем, чтобы разделить кусты внутри (50 — 60 см) и дать более доступа воздуху и солнцу в середину куста. Если кусты не дают уже молодых побегов, то необходимо после вырезки старых стеблей обрезать остальные при самой земле с тем, чтобы получить к следующему году новые молодые побеги. Далее, с этими кустами поступают так же, как и при обычном уходе. Приведя в порядок кусты, обращают внимание на почву, которую необходимо хорошо перекопать и удобрить, применяя при этом не только навозное, но и искусственное удобрение, и главным образом, азотистое. На более старых и запущенных плантациях некоторые садоводы советуют при обновлении плантации копать кус

удается вследствие летней жары. Ввиду этого заслуживают полного внимания практические приемы посадки черенками смородины и крыжовника, с успехом практикуемые при летней температуре, нередко достигающей на солнце 42-48 градусов. Если требуется посадка сравнительно небольшого количества черенков, то лучше всего сажать их предварительно в цветочные горшки. Посадка производится или поздней осенью, или ранней весной, как только оттает снег. В каждый большой цветочный горшок сажают по 6-7 черенков, обильно поливают водою и закапывают горшки наполовину в землю в затененном месте. Так их держат все лето, поливая по мере надобности и ничем не прикрывая землю в горшках. В течение лета черенки вполне укореняются; осенью их высаживают или прямо на назначенные места, или в питомник. Самую высадку черенков из горшков производят так: длинным, острым ножом обрезают землю вдоль стенок горшка, вынимают сразу весь ком и разрезают последний сверху донизу в отвесном направлении так, чтобы для каждого черенка была отрезана часть кома. С этой частью кома укоренившийся черенок и сажается в грунт. Этим способом является возможность произвести посадку почти без повреждения мелких корешков. Если при этом и перерезаются некоторые боковые корешки, то это нисколько не вредит делу. Горшки можно и не закапывать в землю, но тогда необходима более частая поливка и содержание черенков в тени (например, у северной части стены строений) с 10 ч.утра и до 5-6 пополудни, в течение июня, июля и августа. В остальные же часы дня горшки держат на открытом месте: кожица побегов и листья становятся тверже, грубеют, укрепляются и приобретают выносливость даже к солнцепеку. Черенки по высадке из горшков в грунте и в следующем году во время летней жары необходимо затенять, лучше всего дощечками, вырезаемыми из дешевых горбылей.

178-179. Посадка черенков черной смородины и крыжовника в больших количествах.

Посадка эта производится прямо в грунт, причем грядки углубляются ниже поверхности земли на четверть аршина, а излишек земли отворачивается на стороны грядки. Затем, перекопав землю на 25 — 30 см, мелко разрыхляют и выравнивают ее граблями, проводят бороздки глубиною 7 — 10 см и сажают в эти бороздки по шнуру черенки, рядами по направлению с востока на запад. Черенки сажаются в землю осторожно, чтобы не повредить их кожицу, после чего вокруг каждого черенка обдавливают руками землю, чтобы она плотно пристала к черенку. После посадки черенков их поливают настолько обильно, чтобы бороздки раза три наполнились водой. Лучше всего на каждой грядке помещать не более двух рядов черенков, чем значительно облегчается их пересадка "со стулом". В жаркое время, кроме частой поливки, тре-

кой древесины. Достаточно на каждом растении оставить 3-4 лучших побега; остальные вырезают. В половине августа кусты высаживают с комом в 25 — 30 см горшки; для лучшего укоренения, горшки с растениями закапывают тут же в грядах, а на зиму вносятся в неморозное, но и не отапливаемое помещение. Выгонку можно начинать, смотря по имеющемуся для этой цели помещению, с января.

182. Удобрение ягодных кустов голубиным пометом.

Рекомендуется удобрять ягодные кустарники 25% раствором голубиного помета, бродившего 1 неделю; крыжовник поливать 3 раза в лето (по распускании листьев, во время цветения, по образовании завязей), смородину — 2 раза (по распускании листьев, по образовании завязей).

183-184. К культуре крупноплодных сортов смородины и крыжовника.

Крупноплодные сорта смородины и крыжовника мельчают от дурного ухода и недостаточного удобрения, но в 2-3 года при хорошем уходе ягоды снова крупнеют. Мелкоплодные сорта не улучшаются и не крупнеют даже при самом лучшем уходе; их можно улучшать только посевом семян из лучших ягод. Не сажать на гряды. Прорыть канаву 1 метр шириной и 0,7 м глубиной, наполнить рыхлой перегнойной землей и сажать смородину на расстоянии 1,7-2 м, а крыжовник на расстоянии не менее 2 м. Корни обмакивать в густую жижу из коровьего навоза; перед посадкой в яму налить такой же жижи. Лучше сажать в августе. Весною и осенью вскапывать землю вокруг кустов, не окучивая их. Окучивание нужно только тогда, когда имеется в виду деление куста. Отенение большими деревьями дурно влияет на плодоношение. Удобрять раз в 3 или 4 года. Раскладывать удобрение осенью между кустами, а весною смешивать с землею и присыпать на корни кустов. В те годы, когда участок не удобрен навозом, засыпать листьями каких угодно деревьев, кроме плодовых или ягодных, потому что последние заключают в себе часто зародыши врагов смородины и крыжовника.

185. Обрезка крыжовника и смородины.

Для получения ежегодных одинаковых урожаев крыжовника, черной и красной смородины, необходимо их правильно обрезать. Вырезать все сухие и старые ветви, имеющие черную кожицу. Оставить от 6 до 15 самых сильных и толстых молодых ветвей со светло-серой или шоколадной, гладкой кожицей. Срезать короткие плодовые веточки, находящиеся на ветвях близко к земле. Выложить землю вокруг кустов толстым слоем несоломистого навоза; весною разрыхлить землю, в начале июня разрыхлять вторично и менять навоз. Летом вырезать все лишние молодые побеги, по мере их появления, оставляя на небольших кустах от 3 до 5, на больших — от 5 до 8; вырезать так, чтобы остающиеся не перекрещивались.

ветствующими приемами ее вносить. Для этого прежде всего необходимо удалить все старые полузасохшие стебли смородины и затем омолодить кусты. На запущенных плантациях при прореживании вырезают сначала внутренние стебли с тем, чтобы разделить кусты внутри (50 — 60 см) и дать более доступа воздуху и солнцу в середину куста. Если кусты не дают уже молодых побегов, то необходимо после вырезки старых стеблей обрезать остальные при [illegible], чтобы получить к следующему году новые молодые побеги. Далее, с этими кустами поступают так же, как и при обычном уходе. Приведя в порядок кусты, обращают внимание на почву, которую необходимо хорошо перекопать и удобрить, применяя при этом не только навозное, но и искусственное удобрение, и главным образом, азотистое. На более старых и запущенных плантациях некоторые садоводы советуют при обновлении плантации копать продольные канавы между рядами, глубиною около 50 см и шириною около 60 см, наполняя их новой и свежей землей. Понятно, при копке таких канав часть корней у кустов будет уничтожена, но на это обыкновенно не обращают внимания. Земля для засыпки вырытых канав приготовляется заранее, прибавляя к ней парниковый перегной или компост. При этом полезно к этой земле прибавлять и искусственные удобрения. Впрочем, надо заметить, что такой способ обновления старых плантаций слишком мешкотен, обходится дорого и не всегда окупает произведенные при этом расходы. Если плантация смородины еще не слишком стара, то через 2-3 года после омолаживания она начинает обильно плодоносить и дает несколько лет хорошие урожаи.

190. Культура смородины на песчаных почвах.

На песчаных почвах лучше удается смородина черная, отличающаяся тут сладостью ягод. Культура ее никаких особенностей не представляет; как обыкновенно, сажают черную смородину под защитой деревьев от прямого солнца.

191. Культура малины на песчаной почве.

На песчаной почве малина, впрочем, дает ягоды мельче, но они ароматнее, слаще и вкуснее, нежели на почвах тяжелых. Посадку малины производят осенью (хотя можно и весной). После посадки кусты немедля поливают. Весною кусты обкладывают навозом, торфом, компостной землей и т.п.; за время цветения поливают раствором навозной жижи; поливку эту повторяют по снятии плодов и вырезке побегов, с которых собраны плоды; осенью перекапывают почву между кустами, причем последние слегка окучивают; на зиму прикрывают всю поверхность малинника, как об этом сказано относительно земляники и клубники. На данном месте малину оставляют 5-6 лет, затем кусты ее переносят на другое место.

ЗЕМЛЯНИКА — КЛУБНИКА

192-217. Земляника — клубника.

На песчаных почвах ягоды земляники достигают больших размеров, отличаются вкусом и раньше дозревают, нежели на тяжелых почвах; но все это при условии сильного удобрения и защиты растений от засухи. На песчаной почве высаживают кустики земляники весною, а не в августе — сентябре, как это предпочтительно делается на других почвах. Хотя почва уже при ее подготовке должна быть хорошо удобрена навозом, компостом или минеральными туками, тем не менее после посадки кустиков земляники каждое растение поливают разведенной навозной жижею или иным жидким удобрением, а затем подобную поливку повторяют после главного цветения и после сбора ягод. Все промежутки между отдельными кустиками, а также бороздки между грядками прикрывают толстым слоем (10 — 15 см) соломы, соломистого навоза, оглок, торфа, древесной листвы и т.п. Эта покрышка в течение лета защищает землянику от засухи, сберегая почвенную влагу; на зиму она подновляется и делается даже толще, ввиду того, что песчаные почвы глубоко промерзают.

Как довести запущенную клубнику до плодородия.

Чтобы получить хорошие результаты к следующему же лету, уход за клубникой необходимо начать с июля предыдущего года. Для этого прежде всего дерн, которым заросли кусты, должен быть вырезан вполне чисто, при-

777
ПОЛЕЗНЫХ ПРАКТИЧЕСКИХ СОВЕТОВ

чем ножом обрыхляется кругом земля. Затем все выполотое место поливают жидким удобрением очень обильно, если возможно — два или три раза в продолжение месяца. К концу августа выросшая за это время трава выпалывается, и все промежутки между кустами закладываются густым слоем конского навоза. Поздней осенью еще добавляют слой навоза. Спустя два-три месяца после первой полки, еще до осени, кусты успевают значительно оправиться и дать новые листья, выше и крупнее. В следующую весну кусты уже достигают почти того роста, какой присущ им по их сорту, и самые ягоды получаются достаточно крупные; а на второе лето, при соблюдении вышеуказанного приема и надлежащем уходе, клубника становится уже вполне многоплодной и крупноплодной. Что касается самого ухода, то для плодородия клубники необходимо прежде всего наблюдать, чтобы весною все время, пока куст не заготовляет листвы и цветочных почек, почва была чиста от сорных трав, рыхла и отенена, причем в это же время полезно поливать кусты жидким удобрением для усиления роста. Затем после плодоношения клубника тотчас же вновь должна быть выполота, обрыхлена и удобрена конским навозом; не оставлять такой уборки до осени, как это часто практикуется, ибо летняя уборка представляет наилучшие условия для того, чтобы кусты старшего возраста набрали себе сил для плодоношения будущего лета, т.е. выгнали новые листья и густо разрослись.

Как удобрять землянику.

Поливка жидким коровяком очень полезна: первая поливка производится после цветения, когда начинают завязываться ягоды; последняя — когда созревают первые ягоды. В промежутке между этими двумя поливками полить еще 1-2 раза. В результате получаются значительно большие урожаи, и отдельные ягоды достигают громадной величины. Вместо коровяка можно брать смесь из двух частей (по весу) 30-процентной калийной соли и двух частей чилийской селитры; на гряду в 20 метров длины берется 1,5-2 ф. этой смеси, растворенной в 15 ведрах воды. Удобрение почвы минеральными туками благотворно действует на землянику; вносятся они в таком количестве: 1) чилийской селитры 5 ф. на гряду в 20 м длины; 2) хлористого кали— 3 ф. (можно заменить 30-процентной калийной солью в двойном количестве) и 3) томасшлака — 3 ф. Помимо значительного повышения урожайности, минеральные удобрения влияют и на форму ягод: до конца плодоношения получаются крупные ягоды, недоразвившихся же уродцев почти не бывает. Окраска ягод делается резкой, интенсивной; по-видимому, эти удобрения смягчают кислоту ягод. Замечательно также действие ночного золота на землянику: в виде поверхностного удобрения оно делает чудеса.

Гряды под клубнику.

Так как для клубники нужна почвенная влага, то гряды должны устраиваться таким образом, чтобы эта потребность удовлетворялась возможно полнее. На определенном месте вырывается канава в 0,9 м ширины и до 25 см глубины. Канаву наполняют до краев конским навозом, который утаптывается и сильно поливается водою. По краям канавы помещают тесины ребром, для получения борта гряды. Затем на навоз кладется слой земли, лучшей, какая имеется в распоряжении, толщиною от 10 до 15 см. Межи между грядами должны быть не уже 40 см, ширина гряды, самая удобная во всех отношениях — 1 метр; более узкая гряда неудобна для роста клубники, а более широкая — для ухода за клубникой и сбора ягод. Навоз под слоем земли скорее служит для того, чтобы удерживать под кустами сильную влагу, вследствие которой кусты бы-

чувствительна к морозам и довольствуется одним слоем сухих листьев.

Выращивание земляники в горшках.

Чтобы получить ягоды земляники в конце апреля или в начале мая, поступают следующим образом: в половине августа, молодые укоренившиеся побеги от усов, растущие ближе к маточному растению, выкапывают и сажают в 10 см плошки, после посадки поливают и ставят в полутень для скорейшего укоренения. Укоренившиеся кустики остаются в плошках на открытом воздухе до заморозков. При наступлении заморозков горшки убираются в овощной подвал, а если такового нет, то в погреб (без льда) и оставляют до 1 марта без полива. В марте горшки вносятся в комнату и ставятся на полу, где похолоднее, дня на 3-4; после этого срока растения ставятся на окна ближе к свету, причем поливка должна быть умеренная. Дней через 10 — 12 растения начинают отходить. В половине апреля, а иногда и позже, смотря по погоде, земляника уже зацветает. Во время цветения в солнечные и теплые дни полезно горшки выносить на воздух минут на 10 — 15 для оплодотворения (горшки ставят рядом), в противном случае — делать искусственное опыление. Когда появится завязь, за поливкой нужно следить, не допускать растений до вялости, т.е. до того, чтобы опустились листья. При хорошей ясной и теплой погоде, ягоды созревают уже в апреле.

Нужно ли на зиму прикрывать землянику навозом?

Прикрытие промежутков между рядами земляники слоем перегнившего навоза и легкая натруска его над самими растениями отнюдь не повредит растениям. Напротив, если это сделано с осени, то растения, находящиеся даже в очень неблагоприятных условиях положения участка и др., отлично перезимовывают, притом прикрытые навозом гряды земляники весною не так скоро оттаивают, и этим растения спасаются от побивания весенними утренниками, а если осень холодная и снег поздно выпадает, то прикрытие гряд навозом спасает растения земляники от осенних морозов. Кроме того, земляника требует много питательных веществ, а следовательно, много и удобрения, даваемого по преимуществу в виде навоза; поэтому навоз, взятый для прикрытия гряд на зиму, доставит растениям необходимые им питательные вещества. У старых земляничных растений корневища несколько приподнимаются над землей и особенно подвержены вымерзанию, для предупреждения которого растения эти следует окучивать землей (хорошо прибавить к ней сильно разложившегося навоза или компоста) и уже затем прикрывать гряды навозом, слоем толщиною в 5-8 см, заботясь, чтобы верхушка растения и особенно ее сердцевина не была придавлена тяжелым куском навоза, что задержало бы развитие растения. Уложив навоз, полезно на грядки с земляникой положить сухого хвороста или стеблей растений, чтобы этим способствовать лучшему задержанию снега.

Как получить лучшие растения земляники для выгонки.

Весной, когда покажутся новые листья на земляничных грядах, выбирают более сильные растения, развившиеся из прошлогодних усов, и высаживают с небольшим комом в 10 см горшочки; земля для засыпки растений составляется из сильной дерновой и перегнившего коровяка. На совершенно открытом, сухом месте выкапывают полосу 50-60 см ширины; глубина дается соответственно вышине горшочков, в которые высажены кустики земляники, т.е. 10 см. Длина полосы зависит от числа горшочков, которые рассчитывают поместить здесь. Выровняв дно этой полосы, насыпают слой золы около 1,5 см, [illegible]

вить в парник при 22-28 градусах; поливать почти не приходится. В конце мая пересадить более крупные растения на расстоянии 10-16 см; парник держать закрытым. В начале июня пересадить более крупные сеянцы поодиночке в горшки, а прочие в другой парник при температуре земли от 10 до 12 градусов, а воздуха от 12 до 16 градусов (до 20 градусов от солнечного пригрева); поливать ежедневно по вечерам. С 1/2 июня поливать ежедневно утром и вечером и приподнимать рамы в течение всего дня. В конце июня рассадить в парнике на расстоянии 20 см, а более крупные пересадить в грунт, обкладывая навозом и притеняя рогожами. Плоды поспевают в 1/2 июля. Сильно разросшиеся растения можно пересадить в грунт еще в сентябре, засыпая их, а также остающиеся в парнике, на зиму опилками.

Культура земляники в северных губерниях.

Земляника любит глубоко обработанную суглинистую почву. На южных склонах плоды поспевают раньше, но растения страдают больше весною; в полутени перезимовывает лучше, но приносит плоды позже. Требовательна к влаге; на высоких грядах страдает летом от засухи и весною от мороза. В жаркое лето поливать обильно, предварительно разрыхлив почву. Требует много удобрения, зарываемого при устройстве гряд на 20-30 см. Осенью или весною класть поверхностное удобрение слоем по крайней мере в 2-3 см. Опасны морозы весною по оттаянии снега и осенью до снега. Полезно обшивать все гряды со всех 4 сторон досками так, чтобы верхний край досок превышал гряду на 5 см; осенью прикрывают на зиму сверху досками также от дождливой осенней погоды; если же прикрывать ельником, то только по наступлении морозов. Когда земляника зацветает (в конце мая), выложить гряду сверх удобрения слоем мха в 2-3 см. При навозной и моховой покрышке поливать только в очень жаркое лето. Для получения крупных (выставочных) плодов оставлять на каждом цветоносе только 1-2 плода и часто поливать жидким удобрением с начала завязывания плодов. Особенно хорошо действует поливка раствором голубиного помета от времени завязывания плодов до начала их окрашивания на образование крупных плодов земляники.

Культура земляники в южных губерниях.

В Киеве, близ южной стены и на южных склонах, земляника поспевает 10-15 днями раньше, но здесь необходима глинистая почва и частая поливка. Перекапывать почву лучше всего лопатою на 35 — 50 см, удобрение класть двумя слоями. При перекопке истреблять личинок майского жука. В промышленных садах на вязких почвах, а в любительских садах на всяких почвах сажать на грядах в 3 ряда на расстоянии 45 — 70 см в рядах, вообще не слишком густо. На не особенно вязких почвах на больших плантациях не делать гряд, а обрабатывать почву машинами и сажать рядами на расстоянии 80 — 90 см ряд от ряда. Сажать осенью: в августе, сентябре, а на юг также в первой 1/2 октября, вообще, чем раньше, тем лучше: при обилии личинок майского жука в почве, а также на совершенно открытых местах сажать весною, в апреле или мае. В любительском саду с комом можно сажать во всякое время. Сажать по-возможности пикированные растения, при осенней посадке — выросшие в лето, а при весенней — прошлогодние. Сажать в пасмурную или дождливую погоду, а в солнечную — обмакивать корни в не слишком густую жижу из коровьего навоза и глины. Сажать в небольшие углубления отдельными растениями. Полезно поверхностное удобрение, ежегодно повторяемое осенью. Перед цветением и после цветения полезно жидкое удобрение, требующее дождя и обильной поливки. Когда краснеют плоды, покрывать почву соломой. При отсутствии поверхностного удобрения рассыпать в начале апреля 9

действует на землянику, вследствие которой кусты быстро приживаются. Позднее, через год, тот же навоз доставит уже хорошее питание взрослым кустам на одно и даже два лета. В южных губерниях канавы следует копать глубже, чтобы слой навоза был толще.

Размножение земляники посевом.

Лучшее время для посева — февраль и март, а лучшее место — парник. Посев может быть сделан и в комнате, но тогда получаются сеянцы слабее выращенных в парнике. В теплицах посев земляники также не бывает удачен. Для посева в деревянный или жестяной ящик с глухим дном не выше 5 или 8 см кладут слой вполне размягченной ваты, а сверх его — слой просеянной земли, толщиною в полтора пальца. Семена рассыпаются по земле и вдавливаются слегка в нее. Если земля суха, то ее перед посевом следует сильно смочить водой. Сверху ящик покрывается стеклом. В ящике с гладким дном и под стеклом мокрая вата поддерживает влажность земли очень долго — до четырех недель, что очень важно, так как поливка мелких семян была бы неудобна: она не только размывает и уплотняет землю, но и меняет положение семян. Постоянная влажность ваты, кроме того, устраняет возможность пересушки земли вследствие недосмотра или небрежности; семена же, пролежавшие сухими в сухой земле несколько часов, становятся невсхожими. Семена клубники и земляники всходят через 10 — 12 дней после посева при температуре +14 — 18 градусов днем. На 20-й день после всхода сеянцы имеют уже два настоящих листка и до пяти боковых почек. За все это время посевной ящик должен быть покрыт стеклом и стоять в светлом месте. С появлением же двух настоящих листков сеянцы высаживаются в другой ящик уже без ваты, в слой земли толщиною до 5 см. Сеянцы сажаются глубже, чем они сидели, а именно по семянодоли. Расстояние между сеянцами должно быть около 3 см. Недели через две после первой рассадки сеянцы должны быть рассажены во второй раз, уже на 5 см расстояния друг от друга. Спустя еще две недели делается третья рассадка: в эту рассадку расстояние между кустиками должно быть до 8 см. Затем, когда кустики разрастутся еще больше, их надо высаживать уже прямо в парник на расстоянии 15 — 20 см друг от друга. Наконец, в июле делают уже высадку в грунт; тогда кустики успевают вполне укорениться до осени и могут удачно перезимовать, для чего будущую землянику надлежит покрыть на зиму тонким слоем мелкого конского навоза и поверх его — слоем сухих листьев; усатая же земляника не так

го и удобрения, даваемого по
поэтому навоз, взятый для прикрытия гряд на зиму, до-
ставит растениям необходимые им питательные вещества.
У старых земляничных растений корневища несколько
приподнимаются над землей и особенно подвержены вы-
мерзанию, для предупреждения которого растения эти
следует окучивать землей (хорошо прибавить к ней силь-
но разложившегося навоза или компоста) и уже затем
прикрывать гряды навозом, слоем толщиною в 5-8 см, за-
ботясь, чтобы верхушка растения и особенно ее сердцеви-
на не была придавлена тяжелым куском навоза, что
задержало бы развитие растения. Уложив навоз, полезно
на грядки с земляникой положить сухого хвороста или
стеблей растений, чтобы этим способствовать лучшему за-
держанию снега.

Как получить лучшие растения земляники для выгонки.

Весной, когда покажутся новые листья на земляничных грядах, выбирают более сильные растения, развившиеся из прошлогодних усов, и высаживают с небольшим комом в 10 см горшочки; земля для засыпки растений составляется из сильной дерновой и перегнившего коровяка. На совершенно открытом, сухом месте выкапывают полосу 50-60 см ширины; глубина дается соответственно высоте горшочков, в которые высажены кустики земляники, т.е. 10 см. Длина полосы зависит от числа горшочков, которые рассчитывают поместить здесь. Выровняв дно этой полосы, насыпают слой золы около 1,5 см толщиной, на который и устанавливают растения по 5-6 шт. в ряд. Подстилка из золы препятствует дождевым червям проникать в горшочки через водосточные отверстия. Промежутки между горшочками засыпаются землей или еще лучше закладываются мхом, который препятствует накаливанию стенок горшков. Летний уход состоит в своевременной поливке, в обкладывании поверхности гряды с горшочками перегнившим коровяком; сорные травы немедленно выпалываются. К началу августа растения оканчивают свой рост и постепенно уменьшаемой поливкой доводятся до состояния покоя. Предварительно растеньица переваливаются в 15 — 20 см горшки, в которых и остаются до выгонки. При перевалке ком только слегка подчищается, и подрезаются чем-либо поврежденные корешки; также необходимо счистить верхний слой земли в горшках и досыпать свежей. На указанном месте горшки с земляникой остаются до наступления морозов около 6 градусов, которые в высшей степени содействуют успеху выгонки. После таких морозов горшки выносятся в очищенный парник, заваливаются сухим листом и закрываются щитами, сверх которых также насыпается сухой лист.

Когда сажать землянику?

Лучшее время для посадки — август для северных местностей и сентябрь — для юга. В это время листья молодых растений уже не вянут, до морозов еще достаточно времени, чтобы кустики успели укорениться. Поздняя осенняя посадка опасна, потому что в бесснежную зиму часть растений вымерзает; весенняя посадка невыгодна, потому что растения, особенно в сухую весну, потребуют много расходов на поливку до укоренения их, и плодоношения от такой посадки в том же году ждать нельзя: будут очень крупные ягоды на отдельных кустах, но в ничтожном количестве.

Размножение земляники посевом.

Сеянцы месячной земляники (без плетей) можно доводить до плодоношения уже в первом году. Сеять в начале апреля довольно густо на рыхлую сырую землю; не засыпать землею, а прикрывать сырой тряпкой и сверху слоем опилок в палец толщиной. Горшок прикрыт стеклом. В поддонок наливать ежедневно теплой воды, а опилки обрызгивать; на ночь ставить горшок в утром истопленную печку. Всходы пересадить весьма осторожно в горшки, покрываемые стеклом на расстоянии 2-3 см и ставить в комнате к свету на окно. В 1/2 апреля поста-

ляника поспевает 10-15 днями раньше, но здесь необходима глинистая почва и частая поливка. Перекапывать почву лучше всего лопатою на 35 — 50 см, удобрение класть двумя слоями. При перекопке истреблять личинок майского жука. В промышленных садах на вязких почвах, а в любительских садах на всяких почвах сажать на грядах в 3 ряда на расстоянии 45 — 70 см в рядах, вообще не слишком густо. На не особенно вязких почвах на больших плантациях не делать гряд, а обрабатывать почву машинами и сажать рядами на расстоянии 80 — 90 см ряд от ряда. Сажать осенью: в августе, сентябре, а на юг также в первой 1/2 октября, вообще, чем раньше, тем лучше; при обилии личинок майского жука в почве, а также на совершенно открытых местах сажать весною, в апреле или мае. В любительском саду с комом можно сажать во всякое время. Сажать по-возможности пикированные растения, при осенней посадке — выросшие в лето, а при весенней — прошлогодние. Сажать в пасмурную или дождливую погоду, а в солнечную — обмакивать корни в не слишком густую жижу из коровьего навоза и глины. Сажать в небольшие углубления отдельными растениями. Полезно поверхностное удобрение, ежегодно повторяемое осенью. Перед цветением и после цветения полезно жидкое удобрение, требующее дождя и обильной поливки. Когда краснеют плоды, покрывать почву соломой. При отсутствии поверхностного удобрения рассыпать в начале апреля 9 пуд. чилийской селитры и 9 пуд. фосфорнокислого калия на 0,5 га в виде дополнительного удобрения. Главное удобрение компостное.

Способ получать ягоды земляники все лето.

Для получения равномерного урожая месячной земляники в течение всего периода плодоношения поступать следующим образом: давать цвести свободно только 1/3 насаждения: с 2/3 насаждения обрывать с весны цветы; другой трети давать цвести с 1/2 июня, а с конца лета давать цвести свободно всему насаждению. Все плети обрывать. Метод испытан над сортом: belle d'Argenteuil.

Обрывать ли усы у земляники?

Обрывание плетей необходимо для увеличения урожая и доходности плантаций; чем раньше обрывать, тем лучше, невзирая ни на время года, ни на качество почвы, ни на какие-либо климатические условия. После весенней посадки вырезать первые цветочные стебли.

Как получить крупные и чистые ягоды земляники.

Для предохранения ягод клубники от загрязнения землей, поверхность гряд обыкновенно покрывается различными материалами, из которых чаще других встречаются: рубленая солома, мох и перегной. Испытав все эти материалы в течение многих лет личного опыта, я окончательно остановился на перегное как на выгоднейшем во всех отношениях материале. Солома в качестве материала для покрытия гряд с клубникой неудобна в том отношении, что, во-первых, легко сдувается с гряд ветром; кроме того, она долго не разлагается и смешивать ее с верхним слоем почвы при мотыжении является почти невозможным, особенно если солома нарублена длинно. Ввиду этого советуют осенью солому убирать прочь с гряд, чтобы не затруднять мотыжения; таким образом, требуется двойная работа, что едва ли выгодно, при больших размерах плантации. Если вместо соломы, для покрытия гряд, применять мякину, как это советуют некоторые, невыгоды еще больше увеличатся. На самом деле, мякина будет сдуваться с гряд еще легче, чем солома, ягоды не только не будут защищены от загрязнения, но, напротив, будут наполовину совершенно испорчены: мякина чрезвычайно легко пристает к ягодам, и отделить ее — большая задача. Ягодник, в котором для прикрытия гряд употребляется рубленая солома или мякина, всегда имеет неприятный вид: и солома, и мякина разносятся на большое пространство в стороны и засоряют участок. Мох еще менее пригоден для указанной цели: он также легко разносится ветром, но самое

Главное, его необходимо осенью убирать с гряд так же, как и солому. Дело в том, что мох, даже и смешанный с землей, долгое время не разлагается, и в конце концов верхний слой гряд оказался бы чересчур разрыхленным; во избежание этого и приходится осенью убирать положенный на гряды мох. Перегной — лучший материал для покрышки гряд; класть его должно ранней весной, как только будет произведена первая очистка гряд и поверхность почвы будет взрыхлена. Слой перегноя вполне достаточен в 5-7 см толщиной, причем выкладывается вся поверхность гряды; около кустов клубники перегной кладется так, чтобы не касаться самого центра куста, иначе растение может подопреть. Такую покрышку ветер не снесет. Весенние дожди или, за отсутствием их, поливки вымоют из перегноя все питательные соки в почву, и ко времени поспевания ягод на поверхности гряд останется только совершенно чистая, полуистлевшая солома, которая ни в каком случае запачкать ягод не может. Применяя перегной для покрытия клубничных гряд, мы достигаем следующих результатов: 1) почва отеняется, и влага, выпавшая, в виде дождя или доставленная в виде поливки, сохраняется гораздо долее, что для получения крупных ягод имеет громадное значение; 2) питательные вещества, содержащиеся в перегное, попадают в почву и быстро используются растениями; 3) ко времени поспевания ягод почва оказывается покрытою чистой соломой, и ягоды получаются совершенно чистыми; 4) полуистлевшая солома осенью легко смешивается с верхним слоем почвы и, быстро разлагаясь, служит для питания растений.

Посадка земляники.

Лучшим временем посадки земляники в средних и северных губерниях является конец лета, но отнюдь не весна и не осень. Посаженные весною, растения теряют много времени на приживание и в первом году дают ничтожный урожай; в засушливую весну, кроме того, вновь засаженные плантации земляники требуют самой усердной поливки, или же большая часть растений пропадает. При осенней посадке в случае наступления морозов, когда земля еще не укрыта снегом, растения подвергаются опасности вымерзнуть, так как не успели еще хорошо укорениться. В конце лета, т.е. в первой половине августа, сажать землянику выгоднее всего: к этому времени кустики уже успели достаточно окрепнуть и не так легко вянут, до осени им остается много времени, чтобы вполне укорениться. Посаженные в указанное время кустики дадут на следующий же год хороший урожай самых крупных ягод; последующие урожаи будут, конечно; больше, но таких крупных ягод, как в первом году, уже не получить.

Отбор земляники.

Для получения обильных урожаев земляники недостаточно только хорошо культивировать землянику, но нужно уметь отобрать ее для размножения. Константность сортов земляники очень слаба, и самые лучшие ее сорта подвержены скорому вырождению. Ремонтантные сорта земляники, будучи несколько лет подряд размножаемы усами, начинают давать мелкую ягоду. В этом случае имеется только одно средство для возвращения плодородия, это размножение посредством семян. Для этой цели собирают зрелые ягоды с наиболее богатых плодами кустиков и высеивают их. От такого посева обыкновенно большая часть растений получается малопригодною для дальнейшей культуры, с мелкими ягодами; меньшая же часть получается хорошо ремонтирующей, с крупными и многочисленными ягодами. Растения последнего рода отбираются и предназначаются для дальнейшего размножения. Крупноплодные английские сорта земляники до того изменчивы, что при размножении их семенами почти никогда не удается получить тот же сорт. При размножении усами эти сорта уже через несколько лет начинают давать двоякого рода растения: одни более сильные, имеющие появляющиеся сильные усы, но малоплодные, другие более слабые, с позже появляющимися на них усами, но зато более плодородные. Для размножения берут обыкновенно усы с первых растений, как с более сильных, не замечая, что это вырождающиеся растения. При таком способе размножения даже самые лучшие сорта, в начале заслужившие всемирную известность своею урожайностью, уже через несколько лет вырождаются и дают только посредственные урожаи. Чтобы избежать вырождения сорта, нужно брать усы только с тех растений, которые обильно плодоносят и дают наиболее крупную ягоду. На каждом кусте следует оставлять лишь столько усов, чтобы материнское растение могло без ущерба хорошо прокормить их. Влияние отбора так велико, что этим путем можно увеличить урожайность наполовину.

Следует ли перекапывать клубничные гряды.

При перекопке, как осенью, так и весной, мы, правда, разрыхляем почву, делаем ее восприимчивой для света и воздуха, но при этом мы разрушаем мочковатые корни. Это происходит вопреки всякой предосторожности, потому что эти корни тонки, как паутина, и расходятся по почве далеко в виде сетки, которую мы разрываем при каждом втыкании лопаты. После перекопки растения начинают немедленно образовывать новые мочки, осенью медленно, весною скорее; но, кто правильно наблюдал, тому давно известно, что клубничные растения уже в сентябре подготовили урожай будущего года. Если мы в это время или немного позже осенью перекопаем, то сделаем растения вследствие уничтожения корней менее устойчивыми против мороза. Если же перекопаем весной, то посадка хотя и не будет страдать от мороза, но на ней очень вредно могут отозваться часто весьма сильные весенние ветры. Поэтому следует поступать так: как только наступит новый рост и состояние почвы позволяет мотыжить, неглубоко, но зато возможно чаще и тогда, когда нет сорной травы, следовательно, гораздо чаще, чем другие растения.

Поздняя выгонка земляники.

Поздняя парниковая выгонка более выгодна, чем тепличная. Сажать в некрытый парник (т.е. парниковый ящик) в июле или августе на расстоянии 30 — 40 см в землю из 2 ч. парниковой, 2 ч. листовой, 1 ч. дерновой земли и 1 ч. песку; прибавить на 1 п. земли 1 ф. роговых опилок и распланировать так, чтобы получился скат на 8 — 10 см к югу. Клубника форсируется гораздо легче, если подвергалась предварительно влиянию небольших морозов; поэтому прикрывать парник (ящик) на зиму досками или ельником и обложить старым навозом только по наступлении морозов, когда температура уже опустилась до —5 градусов или —7 градусов по С. В феврале снять покрышку и прикрыть парник рамами, закрываемыми на ночь матами. В солнечную, но холодную погоду обрызгивать тепловатою водою и проветривать осторожно. Во время цветения не обрызгивать и проветривать больше; если погода еще холодная, обложить парник свежим навозом; поливать навозною жижею, разбавленною тепловатою водою. Растения можно выгонять 2 года подряд; во 2-м году удобрять сильнее.

(Продолжение — выпуски 2, 3)

* * *

СОДЕРЖАНИЕ ВТОРОГО ВЫПУСКА:

СОДЕРЖАНИЕ ТРЕТЬЕГО ВЫПУСКА:

Рекламно-издательское агентство "Форум XIX-XX-XXI", специализирующееся на выпуске книг для зарубежных стран, предлагает вниманию республиканских и областных книготоргов, предприятий, общества, ассоциаций, кооперативов книги, выпускаемые в этом году:

Сборник "Трагедия в Екатеринбурге".
Воспитатель цесаревича Пьер Жильяр, следователь Н.А.Соколов, комиссар Я.М.Юровский о жизни и гибели царской семьи. С приложением дневника Николая II и писем Романовых из заточения.
208 стр. 200 тысяч экз. 5 руб. 70 коп., обложка.

А.И.Деникин. Последний поход генерала Корнилова.
Составители книги стремились не только воспроизвести без сокращений и искажений оригинальный текст, но и более подробно рассказать о жизненном пути Л.Г.Корнилова, дать краткую информацию о его сподвижниках.
160 стр. 100 тысяч экз. 3 руб. 80 коп., обложка.

В.А.Никонов. Словарь русских фамилий.
В книге рассказывается о происхождении наиболее часто встречающихся полутора тысяч русских фамилий.
176 стр. 100 тысяч экз. 4 руб. 75 коп., обложка.

А.С.Меликсетян. Проституция вчера, сегодня... завтра?
Книга, написанная для самого широкого читателя как в нашей стране, так и за рубежом, рассказывает не только о возникновении "древнейшей профессии", но и об отношении к ней в первые годы Советской власти и в наши дни. Значительный интерес представляет раздел "Микрохрестоматия", в который вошли обширные фрагменты из произведений А.П.Чехова, А.И.Куприна, В.С.Высоцкого.
176 стр. 100 тысяч экз. 4 руб. 75 коп, обложка.

Отто Вейнингер. Пол и характер. Мужчина и женщина в мире страстей и эротики.
Выход этой книги в 1903 году в Вене был подобен эффекту разорвавшейся бомбы. В немалой степени этому способствовало и то обстоятельство, что автор — блестящий исследователь, только что ставший доктором наук, при загадочных обстоятельствах вскоре ушел из жизни. В дореволюционной России книга неоднократно выходила большими тиражами. Известна она сегодня и на Западе.
192 стр. 200 тысяч экз. — выпущены в июне. 7 руб., обложка.

В.И.Забелышенский. НЛО: неосознанная реальность.
Автор работал над книгой 15 лет. Само это обстоятельство, разумеется, еще не является свидетельством того или иного уровня публикуемого материала. Тем не менее, сопоставляя эту книгу с массой примитивных изданий, так или иначе затрагивающих "неопознанные летающие объекты", можно прийти к выводу, что эта книга представляет собой новое слово в уфологии. Мы предлагаем широкому читателю написанный живым и понятным языком рассказ об одном из самых захватывающих явлений XX века.
160 стр. 100 тысяч экз. 4 руб. 75 коп, обложка.

В.Г.Ажажа. Е.Л.Крушельницкий. НЛО над Советским Союзом.
Как и предыдущая, эта книга была подготовлена для зарубежного читателя и переведена на несколько европейских языков. Она представляет собой одну из первых попыток обзора и систематизации многочисленных наблюдений НЛО, зафиксированных в последние годы над территорией СССР. Значительная часть документов мало известна широкому читателю или публикуется впервые.
208 стр. 100 тысяч экз. 5 руб. 70 коп., обложка.

В четвертом квартале этого года РИА "Форум XIX-XX-XXI" планирует выпустить следующие книги:

Как построить собственный дом?
(С приложением оригинальных чертежей и разработок).
15 автл. 150 тысяч экз. 15 руб., переплет.

Карты на все случаи жизни.
Сборник наиболее популярных в России и Европе карточных игр, фокусов и пасьянсов.
18 автл. 150 тысяч экз. 25 руб., переплет.

Маркиз *Де-Сад*. Жизнь. Судьба. Творчество.
В книгу включены несколько малоизвестных произведений этого автора.
15 автл. 100 тысяч экз. 12 руб., переплет.

Всем, кто любит землю и не боится крестьянского труда, мы предлагаем наши следующие издания:

РУССКИЙ ХУТОР

Познакомившись с тремя выпусками этой книги Вы узнаете:
— как выбрать место под усадьбу или улучшить его,
— как самостоятельно построить дом,
— что нужно сделать, чтобы извлекать из земли наибольшие доходы,
— как самим получать доброкачественное мясо, молоко, масло, мед, рыбу,
— как сэкономить средства и в короткое время повысить благосостояние Вашей семьи!

Прочитав "Русский хутор , вам не придется ломать себе голову над тем, где достать суперовременные устройства или технику, нужно будет только как можно лучше усвоить прочитанный материал, засучить рукава и работать так, как могли наши отцы, деды и прадеды.

Если вы хотите всегда иметь под рукой у себя на даче или в деревне прекрасное справочное пособие по садоводству и огородничеству, не забудьте приобрести три выпуска сборника —

ВАШ САД И ОГОРОД

Вместе с только что прочитанными вами "777 полезными, практическими советами садоводу и огороднику это составит целую энциклопедию, интересную не только для сельского жителя, но и для горожанина. Если у вас уже есть участок земли и желание применить полученные знания на практике, вы сможете не только резко улучшить питание вашей семьи, но и продавать излишки своего урожая!

Оптовые заказы предприятий и организаций на эти книги направляйте по адресу: 113184, Москва, а/я 33 РИА "Форум XIX-XX-XXI".
Оплата по безналичному расчету.
Предоставляется торговая скидка.

Мы предлагаем отечественным полиграфическим комбинатам и типографиям совместное издание этих книг на взаимовыгодных условиях.

Рекламно-издательское агентство "ФОРУМ XIX-XX-XXI , 113184, Москва а/я 33 ISBN 5-86058-006-1

Адаптированное издание, объем 4 печ.л., 7,9 уч.изд., сдано в набор 13.05.91, формат А3, подп. в печать 20.06.91 Тираж 1 з-д 1-150.000 экз., Цена 95 коп. Зак. № 3803

Оригинал-макет изготовлен СП "Интер-Союз т.200-36-77

Ордена Трудового Красного Знамени Типография "Известий Советов народных депутатов СССР имени И.И. Скворцова-Степанова, Москва, Пушкинская пл., 5.

По страницам зарубежной печати

Экономические успехи Китая

Пудонг — новый развивающийся район Шанхая. За последние годы он делает большие успехи по пути экономического развития. Успешному развитию этой зоны во многом способствовали иностранные капиталовложения, которые, как сообщает агентство Синьхуа, увеличились в три раза по сравнению с 1991 годом.

Здесь идет интенсивное строительство объектов, которые способствуют еще большей интеграции этой зоны в общее экономическое развитие. К июню 1993 года будет закончено строительство подвесного моста, телевизионной башни. Расширяется важная транспортная магистраль, связывающая этот район с другими экономическими зонами.

На снимке: новые небоскребы района.

Фото Синьхуа-ИТАР-ТАСС.

Цена ошибки

Французская газета «Монд» в номере от 4 декабря 1992 года сообщила о пожаре, который в ночь с 1 на 2 декабря уничтожил здание лицея им. Робера Шумана в городе Коломбе (департамент О-де-Сен). К счастью, пострадавших не было. Сразу же после пожара возникла полемика о пожарной безопасности таких зданий: многие вспомнили, что 6 февраля 1973 года сгорело здание лицея им. Эдуарда Пейерона в Париже. Тогда погибли 20 человек, 16 из них были лицеистами. Здание получило нарицательное название «Пейерон». «Монд» указывает, что с 1973 года «в рекордное время» сгорело еще четыре «Пейерона». В 1977 году министерство национального образования, учитывая печальный опыт эксплуатации «Пейеронов», приняло решение произвести осмотр 113 зданий этого типа и впоследствии выделило на период 1981—1984 годов 1,3 миллиарда франков на реконструкцию зданий с целью повысить их пожарную безопасность. Работы не были завершены, поскольку с 1 января 1986 года после децентрализации управления учебными заведениями у министерства не оказалось нужных средств для проведения необходимых работ. В связи с последним пожаром Независимая демократическая федерация лицеев требует разрушить лицеи типа «Пейерон» и построить вместо них новые. Драма показала, какой может быть цена ошибки, допущенной архитекторами. Они спроектировали здание из металлических решетчатых конструкций с легкими ограждающими элементами, оказавшимися хорошей пищей для огня.

«Le Monde».

Почти полностью из пластмассы

В Шотландии через реку Тей завершается сборка самого большого в мире пешеходного моста, который будет состоять почти полностью из пластмассовых деталей. Длина его 62 метра, ширина 2 метра. Даже тросы, удерживающие пролетное строение, тоже пластмассовые. В отчете о предварительном испытании моста указывается, что даже если группа людей бежит по мосту, он лишь слегка качается. Проектирование и строительство пластмассового моста осуществляло инженерное бюро университета г. Данди совместно с предприятием по производству пластмасс. Интересно отметить, что при монтаже моста ни разу не потребовался кран, настолько легкими были детали.

«Süddeutsche Zeitung».

Международная олимпиада строителей

В 1993 году на Тайване состоится Олимпиада строителей, на которой смогут продемонстрировать свое профессиональное мастерство представители многих стран мира. Соревнования будут проводиться по 26 профессиям: каменщики, плотники, столяры, обойщики, штукатуры, слесари-водопроводчики и др. Все участники делятся на две возрастные категории: А — до 22 лет и В — от 22 до 25 лет.

Южноафриканский журнал «СА Билдер/Боуер», сообщивший о проведении этой олимпиады, указывает, что в ЮАР сейчас идет отбор кандидатов. Те, кому удастся занять на олимпиаде почетные места, будут иметь льготы на работе.

«SA Builder/Bouer».
Кирилл МАССАЕВ.

США: контроль качества работ

В США система регламентации проектирования и строительства находится в основном в ведении руководства штатов, на местном уровне — городов и округов. В настоящее время усиливается роль штатов в выработке и применении строительных нормативов.

Развитие международных связей приводит к необходимости создания общих стандартов и систем сертификации. Предполагается, что развитие международных отношений должно в конечном итоге привести к изменению строительных норм и правил, сложившихся в США.

В США существует множество типов строительных кодексов, охватывающих [illegible] виды строительных работ, инженерное оборудование. В настоящее время 39 штатов имеют собственные двухквартирных домов и типовой кодекс по энергосбережению. Первый кодекс широко используется при строительстве индивидуальных отдельно стоящих и сблокированных домов. Большинство штатов используют его в качестве основы для регламентирования строительства модульных зданий. Под таким строительством понимается возведение зданий из сборных объемных блоков, изготовленных на заводе и смонтированных на строительной площадке.

Типовой кодекс по энергосбережению (Model Energy Code) представляет собой [illegible] стандарты Америк[illegible] строительных кодексов. Многие из них используются в качестве основы для контрактов на проектирование и предоставление спецификаций, а также строительных правил. Благодаря такому широкому использованию стандарты обеспечивают принципиальную основу для внедрения результатов научных исследований в строительство.

В строительные кодексы США включено более 2000 стандартов. Типичный строительный кодекс США содержит 300—400 стандартов. Стандарты для кодексов, принятых в главных городах и штатах США, перечисляются в докладе Национального [illegible] (NBS).

[illegible] конструкций, которые заносятся в кодексы.

[illegible] твердения качества обычного, уже известного продукта проблем не возникает; [illegible] сложнее обстоят дела с новыми продуктами, стандарты на которые еще не разработаны. Регламентирующая система [illegible] данном случае основывается на [illegible] торных отчетах, опытных и[illegible] сертификации с по[illegible] третьей сторо[illegible] оценки [illegible] ства каждого типо[illegible] национальной системы оц[illegible] ства National Evaluation System ([illegible]) организации CABO получили высокое признание в строительной отрасли при определении соответствия обычных материалов типовым строительным ко-

Важную роль в программах контроля качества строительной продукции играют сертификационные программы. Сертификация представляет собой процесс подтверждения соответствия продукции определенным стандартам или другим конкретным критериям. Сертификация обычно проводится третьей независимой сто[illegible] самими производителями [illegible] продукции.

[illegible] издании N[illegible] частны[illegible] ставля[illegible]

[illegible] да[illegible] США, кото[illegible] цию продук[illegible] граммы серти[illegible] ональной квал[illegible] 131 организа[illegible] 86 относятся [illegible] ной продукц[illegible]

Строительн[illegible] испытывают [illegible]

Развитие международных связей приводит к необходимости создания общих стандартов и систем сертификации. Предполагается, что развитие международных *отношений должно в конечном итоге привести к изменению строительных норм и правил, сложившихся в США.*

В США существует множество типов строительных кодексов, охватывающих различные виды строительных работ, инженерное оборудование. В настоящее время 39 штатов имеют собственные строительные кодексы, действующие в пределах штата. В 35 штатах приняты кодексы, базирующиеся на одном из трех типовых кодексов, а в четырех других штатах приняты кодексы, специально разработанные для данного штата.

В некоторых штатах разрешается свободно использовать кодексы на местном уровне на добровольной основе, тогда как в 22 других штатах требуется обязательное использование кодексов в пределах всего штата.

Строительные правила и обеспечение их соблюдения приводят к существенному удорожанию строительства. Это объясняется, в частности, двумя основными причинами. Некоторые строительные кодексы содержат столь чрезмерные или столь директивные требования, что не позволяют использовать альтернативный проект, который бы соответствовал нормативам. Другой аспект связан с задержками во времени, связанными с выполнением строительных правил. Первое требование связано с техническим содержанием строительных кодексов, второе — с процессом их соблюдения.

Совершенствованием как технического содержания строительных кодексов, так и контроля за их исполнением в США занимаются несколько организаций. Среди них три ассоциации, каждая из которых занимается разработкой типовых строительных кодексов.

Международная ассоциация специалистов по строительству и управлению кодексами — Building Officials and Code Administrators International (BOCA) — подготовила Национальный строительный кодекс (National Building Code); Международный конгресс южных штатов по строительным кодексам — Southern Building Code Congress International (SBCCI) — Стандартный строительный кодекс (Standard Building Code); Международная конференция специалистов по строительству — International Conference of Building Officials (ICBO) — Унифицированный строительный кодекс (Uniform Building Code).

Создаваемые этими ассоциациями кодексы не являются, строго говоря, кодексами. Обязательными к исполнению они становятся только после утверждения их правительственными органами в законодательном или административном порядке.

Совет американских специалистов по строительству The Council of American Building Officials (CABO) — это консорциум трех ассоциаций по разработке типовых кодексов с главной конторой, расположенной в Вашингтоне, округ Колумбия. Он выпустил кодекс по строительству одно- и индивидуальных отдельно стоящих и сблокированных домов. Большинство штатов используют его в качестве основы для регламентирования строительства модульных зданий. Под таким строительством понимается возведение зданий из сборных объемных блоков, изготовленных на заводе и смонтированных на строительной площадке.

Типовой кодекс по энергосбережению (Model Energy Code) представляет собой систематизированные стандарты Американского общества инженеров по отоплению, охлаждению и кондиционированию воздуха — American Society of Heating, Refrigerating and Conditioning Engineers (ASHRAE), касающиеся экономии энергии. Он используется в качестве основы для кодексов в большинстве штатов.

Типовые строительные кодексы принимаются и используются властями на уровне штатов и местных органов. Из 39 штатов, пользующихся строительными кодексами штата, 35 основываются на Национальном стандартном или Унифицированном типовых кодексах. Крупные города США все в большей степени основываются на этих трех типовых кодексах. Ассоциация строительных инспекторов крупных городов Association of Major City Building Officials (AMCBO), представляющая 31 город США с населением, превышающим 500 тыс. человек, сообщает, что 80 процентов этих городов используют три типовых кодекса для регулирования строительства, хотя многие из них корректируют эти кодексы на своем уровне. Типовые строительные кодексы разнообразны по форме, объему и содержанию, но во многом сходны в техническом отношении.

Каждая из упомянутых организаций (BOCA, ICBO, SBCCI) имеет хорошо организованную структуру обновления кодексов с учетом последних технических достижений. Цикл изменения кодексов занимает около года, поэтому предложения о внесении изменений должны подаваться за год до принятия окончательного решения. Сначала соответствующий комитет заслушивает предложение об изменении кодекса и изучает документацию. Затем комитет вносит рекомендацию — одобрить, доработать или отклонить рассматриваемые изменения. Эти рекомендации публикуются и распространяются среди заинтересованных организаций. Каждый желающий может оспорить выдвинутые предложения и подтвердить свои соображения в письменном виде с приложением необходимой документации. Все замечания оглашаются на окончательном слушании в присутствии всех членов. Рекомендации, не подвергнутые критике, автоматически ратифицируются членами комитета. Типовые кодексы переиздаются с приложением дискуссий, проходивших за этот период.

Строительные стандарты являются основой для большинства технических требований, указанных в строительных кодексах. Большинство стандартов включает спецификации материалов, но также имеется много стандартов на проектирование, особенно на проектирование кон- [illegible] и предоставление спецификаций, а также строительных правил. Благодаря такому широкому использованию стандарты обеспечивают принципиальную основу для внедрения результатов научных исследований в строительство.

В строительные кодексы США включено более 2000 стандартов. Типичный строительный кодекс США содержит 300—400 стандартов. Стандарты для кодексов, принятых в главных городах и штатах США, перечисляются в докладе Национального бюро стандартов (NBS).

Разработкой стандартов в США занимаются около 100 организаций. Одна из крупнейших — Американское общество по испытаниям и материалам American Society for Testing and Materials (ASTM) разработала около 8500 стандартов, которые подразделяются на шесть типов: методы испытаний, спецификации, процессы работ, терминология, руководства, классификаторы. Организация издает трехтомный справочник, включающий 663 стандарта, специально для регламентирующей системы в строительстве.

Большинство национальных стандартов в США являются продуктом добровольной системы, включающей правительство и промышленность, производителей и потребителей, учреждения и отдельных лиц. Система называется добровольной, поскольку участие в ней заинтересованных сторон основано на добровольной основе; разработанные стандарты пригодны для добровольного использования в строительных кодексах и контрактах. Однако в случае их использования соблюдение стандартов является обязательным.

Американский институт национальных стандартов American National Standards Institute (ANSI) служит координирующим органом для согласованных стандартов, разрабатываемых другими известными, авторитетными организациями. Институт координирует также деятельность по участию США в разработке международных стандартов, например, в рамках Международной организации по стандартам International Organization for Standards (ISO) и Международной электротехнической комиссии — International Electrotechnical Commission (IEC). Основным критерием Американского института национальных стандартов является консенсус, достигаемый в процессе работы над стандартом. Консенсус определяется институтом как принципиальное согласие непосредственно и материально заинтересованных сторон, что означает гораздо больше, чем простое большинство голосов.

В США нет единой системы подтверждения качества продукции. Оно в конечном итоге зависит от окончательного решения официальных лиц. Учитывая серьезность последствий некачественного строительства, они основывают свои выводы на имеющейся в их распоряжении информации. Главными элементами подтверждения удовлетворительного качества продукции являются стандарты, испытания и свидетельства о соответствии установленным критериям. В случае под- [illegible] *тами, стандарты на которые еще не разработаны. Регламентирующая система в данном случае основывается на [illegible] торных отчетах, опытных [illegible] сертификации с [illegible] третьей сторо[illegible]* оценк[illegible] [illegible]стемы [illegible] го типо[illegible] [illegible]циональной системы оц[illegible]ства National Evaluation System ([illegible]) организации CABO получили высокое признание в строительной отрасли при определении соответствия обычных материалов типовым строительным кодексам и при оценке инноваций.

Каждая из организаций — разработчиков типовых кодексов публикует сотни докладов, в том числе подготовленных под руководством NES и CABO. Они охватывают широкий набор как обычных, так и новых продуктов. Указанные организации вырабатывают критерии приемлемости строительных материалов и систем, которые служат основой для определения соответствия их характеристик требованиям кодексов.

Аккредитация лабораторий предназначена для удостоверения их квалификации для проведения испытаний продукции с целью проверки ее качества и присвоения соответствующего свидетельства. В США имеется много различных программ подтверждения компетентности испытательных лабораторий. Основными программами аккредитации лабораторий в области строительства являются следующие.

Национальная добровольная програм[illegible] ма аккредитации лабораторий Natio[illegible] Voluntary Laboratory Accreditation Progr[illegible] (NVLAP) образована в 1976 году под [illegible] ководством Национального инсти[illegible] стандартов и технологий National Insti[illegible] of Standard and Technology и [illegible]йствуе[illegible] добровольной основе для в[illegible] бораторий — государствен[illegible] В области строительных тех[illegible] занимается разработками по тако[illegible] тике, как теплоизоляция, строительн[illegible] испытания, отопительные системы для жилых помещений на твердом топливе, акустические испытания, изоляция и изоляционные материалы.

Программа американской ассоциации по аккредитации лабораторий American Association for Laboratory Accreditation (A2LA) была утверждена Американским советом независимых лабораторий American Council of Independent Laboratories в 1978 году с целью создания системы управления аккредитации разнообразных испытательных лабораторий. A2LA предоставляет программу аккредитации в области испытаний и в некоторых случаях в области разработки специальных стандартов. Область испытаний охватывает строительные материалы, геотехнологию и испытания на огнестойкость.

Американская ассоциация государственных шоссейных дорог и транспорта American Association of State Highwary and Transportation Officials (AASHTO) начала осуществление программ аккредитации для своих лабораторий в 1988 году. Тематика программ включает грунты, бетон и асфальт. Она ориентирована на ASTM.

[illegible] но проводится третьей независимой стороны [illegible] производителями [illegible] продукции. [illegible] изданий № [illegible] частны[illegible] [illegible] США, ко[illegible] цию продук[illegible] [illegible] 131 организ[illegible] 86 относится [illegible] ной продукц[illegible] [illegible]ки.

Строитель[illegible] [illegible]ативы и [illegible] испытывают [illegible]ое воздейств[illegible] учно [illegible] [illegible] а так[illegible] сфе[illegible] ветр[illegible] ги[illegible] нер[illegible] ме[illegible] [illegible]ха внутри помещ[illegible] [illegible]ются с учетом совре[illegible]тиже[illegible]й. Однако главные из[illegible]строительных стандартах и рег[illegible]связаны с двумя важнейшими [illegible]ыми тенденциями. Одна из них [illegible]ие компьютерной техники, дру[illegible]ждународная унификация стро[illegible] нормативов, проводимая Евро[illegible] экономическим сообществом.

[illegible]ельные нормы и стандарты, ра[illegible]ваемые в печатном виде, должны [illegible]образованы с помощью компь[illegible] программ в банки данных и эк[illegible]е системы.

[illegible]зние информационной системы [illegible] на компьютерной основе и нали[illegible]хнологии интерфейса позволят ав[illegible]чески обмениваться данными меж[illegible]формационной системой проекта и [illegible]ирующей системой и осуществлять [illegible]оль над проектом без физического [illegible]на планами и спецификациями [illegible]у проектировщиками и инспектора[illegible] Внедрение компьютерной техники облегчит процедуру измерения свойств [illegible]льных материалов, компонентов и [illegible]дения строительных норма[illegible]

[illegible] Европейского сообщества ведется работа по созданию единых стандартов, нормативов, процедур сертификации и испытаний для всех стран Сообщества. Разработки ведутся в соответст- [illegible] 1986 [illegible] вии с принятым в [illegible] году Единым европейским актом. В задачи входит привести в гармонию существующие национальные стандарты и разработать новые для применения во всех странах Сообщества. Такие стандарты будут разрабатываться Европейским комитетом по стандартизации European Committee for Standartization (CEN) вместо действующих в настоящее время стандартов Международной организации по стандартизации ISO.

США не участвуют непосредственно в создании этих стандартов. Тем не менее американские стандарты и нормативы будут соотноситься с ними для облегчения торговых и контрактных связей.

Ольга ШАПОВАЛ
[illegible]

Из зарубежного опыта

Прожорливость помогает

Всем известны шмели, родственники пчел, весьма прожорливые насекомые. Они способны за сутки съесть до ста растительных тлей, которые являются их любимым лакомством. Этим обстоятельством заинтересовались французские ученые и создали вблизи города Антиба на Средиземноморском побережье ферму по выращиванию шмелей. Отсюда крылатые защитники природы отправляются в сады и виноградники.

Молоко не всем полезно

Оказывается, около 30 процентов взрослых людей не могут безболезненно употреблять молоко, так как их организм из-за недостатка лактозы в желудке не способен разлагать молочные сахара. Это удалось установить американскому ученому Д. Стратерсу из университета штата Колорадо.

Чеснок? [illegible]личное [illegible]ство!

[illegible] Шилькер [illegible] примеров [illegible]инской практики [illegible] что чеснок способен [illegible] человека даже от [illegible] миокарда. Препараты с [illegible]ми чеснока весьма эффек[illegible] и для профилактики атеро[illegible] От [illegible] из чесночного

Садовый инструмент — своими руками

Лопата-комбайн

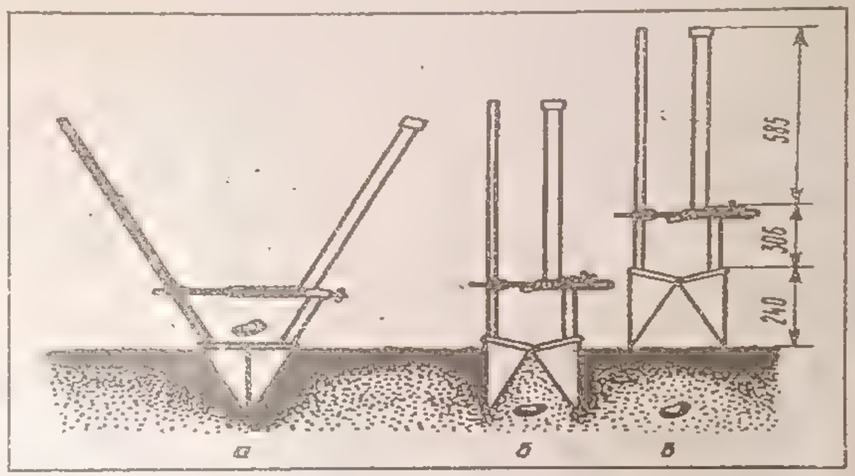
С помощью этого необычного механизма можно, не утомляясь и на равном расстоянии сажать картофель и сеять зерна или семена: горох, фасоль, кукурузу, подсолнечник.

Известно: для того чтобы посадить, например, картофель, нужно выкопать лопатой ямку, нагнуться, опустить клубень и засыпать его землей. Предлагаемое приспособление позволяет совместить все эти операции. К двум трубчатым рукояткам снизу приварены две треугольные лопасти, которые в сомкнутом виде образуют нечто вроде клюва или кулька. Когда лопасти сомкнуты, можно, надавив на них, как на лопату, углубить их в землю, а затем опустить в кулек клубень. Следующий этап — сближение рукояток. Лопасти при этом размыкаются, клубень проваливается между ними и засыпается обваливающейся землей при вытаскивании устройства из почвы.

Две рукоятки соединены между собой таким образом, что они могут сближаться. Одна рукоятка имеет сложную форму — это колено, сваренное из трех отрезков трубы и закрытое пробкой. Верхний отрезок служит своеобразным бункером для зерна.

В горизонтальном отрезке трубы помещается дозирующе-высевающее устройство — деревянный поршень, который перемещается внутри трубы. Когда рукоятки сближаются, поршень движется, отверстие, просверленное в нем, устанавливается как раз над нижней трубой. Зерно, оказавшееся в этот момент в отверстии, падает через нижнюю трубу в землю. Это происходит именно тогда, когда лопасти углублены. Так совершается посадка.

Когда рукоятки расходятся, поршень под действием пружины возвращается на старое место, очередное зерно оказывается в его приемном отверстии. Теперь надо перенести приспособление на нужное расстояние — и все повторяется сначала.



Работа лопаты-комбайна:

а — рукоятки разведены, лопасти сомкнуты, картофельный клубень опускается между лопастями;

б — рукоятки сближены, лопасти разошлись, клубень падает в ямку;

в — лопата вынута, картофель засыпан землей.

Досье овощевода

Сеем... на столе

Многим известна такая трудоемкая операция, как прорывка моркови, репы или редиса. А ведь этих работ можно избежать. И длинные зимние вечера самые [illegible], чтобы подготовиться к весеннему севу овощей.

Опытные овощеводы все больше занимаются загодя посевом семян по бумаге. Он заключается в том, что откалиброванные, полновесные, проверенные на всхожесть семена наклеивают на любую легко промокаемую бумагу (туалетную, газетную, тонкую оберточную и [illegible]

Сметливые овощеводы усовершенствовали способ посева по бумаге. И вот как это выглядит при выращивании большого количества редиса. Газетный лист бумаги заранее по шаблону размечается

Хозяйке на заметку

Золотое кольцо или серьги будут еще лучше блестеть, если подержать их в подслащенной воде.

x x x

Серебряные предметы восстановят свой блеск, если опустить их на 2–3 часа в воду, в которую положен нарезанный картофель, затем сполоснуть чистой водой.

x x x

Если во время приготовления пищи получен ожог, надо смазать это место кусочком мыла или приложить кусочек марли, смоченной раствором марганцовокислого калия, и забинтовать.

Если ожог небольшой, надо подержать обожженное место минут 15 под струей холодной воды, потом смазать кремом.

x x x

Чтобы несколько расширить тесные кожаные перчатки, нужно завернуть каждую из них в мокрую, хорошо отжатую чистую тряпку, потом надеть на руки и в таком виде просушить.

x x x

Резиновые перчатки служат дольше, если перед тем, как надевать, насыпать в них немного талька.

x x x

Чтобы шелк и замша стали мягкими, нужно прополоскать их в воде с уксусом (3 ст. ложки на 1 л воды).

x x x

Чтобы сырые дрова быстрее разгорались, нельзя поливать их керосином, а тем более бензином. Достаточно насыпать на дрова или уголь горсть крупной соли, как они ярко вспыхнут.

x x x

Грелка дольше сохранится горячей, если в воду добавить немного соли.

x x x

Поверхность утюга очистится и заблестит, если его слабо нагреть, смазать стеарином или воском, а затем прогладить тряпку, на которую насыпана соль.

ученому Д. Стратерсу из университета штата Колорадо.

Чеснок? личное ство!

профессор Шилькер множестве примеров лечебной практики что чеснок способен человека даже от миокарда. Препараты с ами чеснока весьма эффективны и для профилактики атеросклероза. От приема из чесночного порошка через какое-то время почти у всех пациентов происходит уменьшение отложений в сосудах, содержание холестерина уменьшается в среднем на 12 процентов, что означает уменьшение риска сердечно-сосудистых заболеваний примерно на четверть.

Овца напрокат

Весьма необычное коммерческое предприятие зарегистрировано в Бонне. Носит оно название «Товарищество по прокату овец». Овцы, работающие в качестве «живых косилок травы», берутся «напрокат» администрацией аэропортов, парков, скверов, владельцами больших садов и т. п. «Стрижка» травы на этих территориях с помощью овец обходится дешевле, чем при использовании техники, особенно там, где имеются неровности почвы.

На рыбалку с компьютером

Кто там на крючке? Опытный рыболов может ответить на этот вопрос, бросив беглый взгляд на поплавок. У каждой рыбы — своя поклевка. А для неопытных постарались специалисты одной из американских фирм и нашли решение, вполне соответствующее веку технического прогресса. Они оснастили удилище мини-компьютером. Конечно, сорт рыбы он определить не может, зато сообщит, каков вес улова и с какой силой нужно ее подсекать и вытягивать. Оригинально, но уж очень неромантично!

Гусь на страже

Жареный гусь — традиционное угощение на любом празднике в Швеции, поэтому век этой птицы короток. Впрочем, этого нельзя сказать о Гуго, 27-летнем гусе из усадьбы Иоханссонов в Лангасе. Оказывается, эта домашняя птица уже не один год выполняет в семье функции сторожевой собаки. Стоит во дворе показаться чужаку, как Гуго ударами крепкого клюва прогоняет непрошенного пришельца.

Подготовил
Александр ИВАНОВ.

на столе

Многим известна такая трудоемкая операция, как прорывка моркови, репы или редиса. А ведь этих работ можно избежать. И длинные зимние вечера самые подходящие, чтобы подготовиться к весеннему севу овощей.

Опытные овощеводы все больше занимаются загодя посевом семян по бумаге. Он заключается в том, что откалиброванные, полновесные, проверенные на всхожесть семена наклеивают на любую легко промокаемую бумагу (туалетную, газетную, тонкую оберточную и пр.). Наклеивая семена на бумажные полосы, овощевод как бы заранее размещает их на грядке и освобождает себя от трудоемкой работы по размещению семян весной. Эту работу можно выполнять, удобно сидя за столом при хорошем освещении.

Техника наклеивания семян проста. На бумагу по длине наносят полоски клейстера на расстоянии 4–5 см одна от другой. Клейстер готовят из картофельной или пшеничной муки. На эти полосы спичкой раскладывают семена. Расстояние между ними зависит от всхожести семян и площади питания, обеспечивающих стандартный размер корнеплода. Для моркови, петрушки, редиса, лука-чернушки на репку оно должно быть равно 5 см, для репы, свеклы — 8–10 см, для редьки летней — 6–8 см, для зимних сортов — 13–15 см.

Можно при раскладывании семян по бумаге сократить расстояние. Тогда придется продергивать растения через одно.

Бумаге с наклеенными семенами дают просохнуть, надписывают на ней культуру и сорт, а затем свертывают бумагу в рыхлые рулончики и хранят в сухом месте до посева. Перед посевом бумагу разрезают на полоски, а чтобы они не коробились, обрызгивают их водой.

На подготовленной к посеву грядке делают бороздки. Расстояние между ними выбирают от 8 до 15 см в зависимости от вида корнеплода. Бороздки поливают, а когда вода впитается, в них закладывают полоски бумаги семенами вниз. Глубина заделки семян зависит от культуры. Семена моркови, петрушки, репы, лука заделывают не глубже, чем на 1,5 см, редьки и редиса — на 2, свеклы — на 3 см. Заделав семена влажной землей, посевы прикатывают.

Всходы с первого дня появления не мешают друг другу, имеют хороший доступ воздуха и света, быстрее растут и развиваются, обгоняя сорняки. Первого прореживания растений не требуется, а продергивание, если в нем есть необходимость, производят лишь тогда, когда корнеплоды могут быть использованы для питания.

Сметливые овощеводы усовершенствовали способ посева по бумаге. И вот как это выглядит при выращивании большого количества редиса. Газетный лист бумаги заранее по шаблону размечается на квадраты 5х5 см (для получения крупного редиса). На пересечения этих линий наносятся капли клея, для чего используется эластичный флакон из-под шампуня, в пробке которого просверлено отверстие в 3–4 мм и вставлена трубочка. Клейстер из муки такой консистенции, чтобы не растекался по бумаге: его капелька должна оставаться цельной.

Как только нанесены клейстерные капли, кончиком спички дотрагиваются до капли, и подцепленное семя переносится в клейстерную точку. И так в пределах всего газетного листа, а потом другого, третьего...

Весной на разрыхленные и удобренные грядки кладется деревянный щит, который под тяжестью человека выравнивает посадочную площадь и уплотняет грунт для посева. Сняв щит, раскладывают газетные листы приклеенными семенами вниз и присыпают песком слоем 2–3 см. Песок прижмет листы к земле и не даст ветру поднять их во время укладки. Песок играет и роль мульчи — под ним земля прогревается от солнца быстрее. Затем листы с семенами и песком заделываются слоем в 1 см покровной землей или перегноем.

Способ посева по бумаге помогает овощеводу выкроить 8–12 весенних дней, не ожидая, когда земля просохнет. А первый урожай редиса на базаре всегда дороже последующих.

Другой сметливый овощевод-любитель приклеивает рядом с семечком одну-две гранулы удобрения в зависимости от состояния почвы (аммофоса, нитрофоски или нитроаммофоса). Главное, по его опыту, чтобы в названии удобрения было слово «фос», так как недостаток фосфора, особенно в первый период роста овощных культур, отрицательно сказывается на урожайности. А если клейстер приготовить на воде с растворенными в ней удобрениями, то нет нужды приклеивать гранулы к бумаге.

Посев по бумаге позволяет получить дружные всходы, не требующие утомительной для человека и болезненной для растения прорывки. В случае пустот в некоторых местах можно подсадить семена. Уход при этом способе сводится лишь к прополке сорняков, рыхлениям и поливу.

Александр АРХИПОВ.

Достаточно насыпать на дрова или уголь горсть крупной соли, как они ярко вспыхнут.

x x x

Грелка дольше сохранится горячей, если в воду добавить немного соли.

x x x

Поверхность утюга очистится и заблестит, если его слабо нагреть, смазать стеарином или воском, а затем прогладить тряпку, на которую насыпана соль.

Овощи-гиганты

Новгород. Плоды своего труда на садово-огородных участках продемонстрировали сотрудники производственного объединения «Азот» на выставке, прошедшей в ДК химиков. Особое внимание зрителей привлекли вьетнамский огурец длиной почти 170 сантиметров и тыква, потянувшая на 35 килограммов.

На снимке: этот огурец вырастила пенсионерка Л. Митина, а демонстрирует его заместитель директора ДК Т. Моисеева.

Фото А. ОВЧИННИКОВА (ИТАР-ТАСС).

КОПИЛКА ЗДОРОВЬЯ

№ 1
АФРОДИТА
(021)
2001 г.

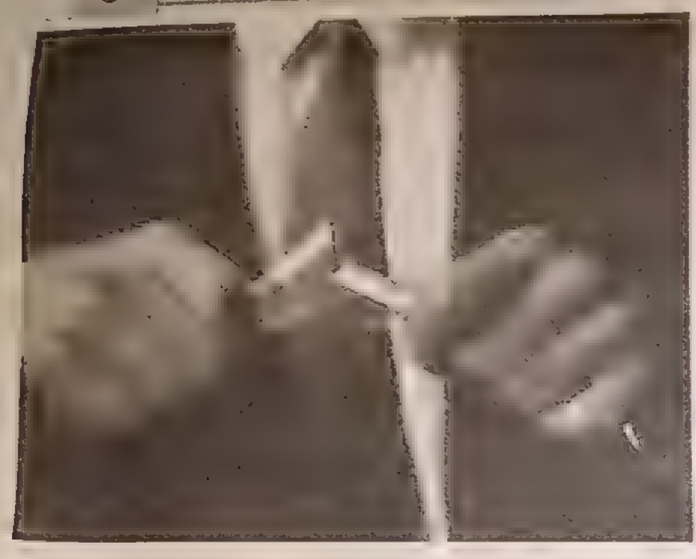
ПРИЛОЖЕНИЕ К "СУББОТНЕЙ ГАЗЕТЕ"

С НОВЫМ ГОДОМ!

В ЭТОМ НОМЕРЕ ЧИТАЙТЕ:

ТВОЯ ПОСЛЕДНЯЯ СИГАРЕТА

По новой международной классификации болезней, вступившей в силу в 1999 году, табачная зависимость официально признана недугом. Органы здравоохранения должны вести учет и контроль этой болезни, врачи обязаны отмечать ее в амбулаторных картах и назначать лечение.



"Начинаешь курить, чтобы доказать, что ты взрослый. Потом пытаешься бросить курить, чтобы доказать, что ты взрослый".
Жорж Сименон.

НИКТО НЕ СДЕЛАЕТ ЭТО ЗА ВАС

Итак, вы решили бросить курить. Именно вы решили, потому что никто за вас этого не сделает. Не стоит искать врача-спасителя или волшебные таблетки: все лекарственные препараты и любые врачи - только ваши помощники.

Для начала четко сформулируйте, а лучше запишите, почему вы хотите бросить курить. Самый главный побудительный мотив - забота о собственном здоровье. У курящих на треть возрастает риск появления ишемической болезни сердца, в 2-8 раз чаще случается инфаркт миокарда, рак легких; дети курящих родителей в два раза чаще болеют простудными заболеваниями.

У одной моей знакомой в 39 лет обнаружили рак легких. Естественно, после операции она и думать забыла о сигаретах, хотя до этого никак не могла бросить курить. Друзья-курильщики, приходившие проведать ее в больницу, тоже были впечатлены. Сейчас вместо сигарет они носят в карманах жестянки с карамельками.

Бросив курить, вы сэкономите уйму денег. Подсчитайте, сколько пачек в день вы выкуриваете (а тем более если нервничаете или с кем-то разговариваете по душам), сколько у вас уходит денег в месяц, в год. Вам не жалко?

Я уж не говорю о том, что, расставшись с сигаретой, вы избавите себя от кашля, перестанете портить зубы, ваша кожа не пожелтеет в сорок лет, как пергаментная бумага, знакомые не будут шарахаться от вас из-за неприятного запаха изо рта. В конце концов, неужели вам не надоело зависеть от этих коротеньких палочек? Неужели вас не угнетает мысль, что вы себе не

...ис Березовский поставил себя перед выбором: ... сигарет или от бизнеса: "Самые тяже... чувствовал,

ки "Никорет", пластырь "Никотинел" и др.), которые обеспечивают организм небольшой дозой никотина. Постепенно эта доза сводится к нулю.

Прежде чем потреблять такие препараты, желательно проконсультироваться с врачом, чтобы учесть побочные действия лекарств. Так, жевательные резинки с никотином противопоказаны тем, кто болен гастритом. Кроме никотинозаменяющих лекарств, снять или облегчить "синдром отмены" поможет корвалол (можно заменить валокордином или новопасином): 3 раза в день после еды по 15-20 капель (минимум 7-10 дней).

Как только вы перестанете курить, ваш чудесный организм включит механизм самоочищения - дезинтоксикации. Этот процесс можно ускорить: регулярно полощите полость рта раствором пищевой соды (одна чайная ложка на полстакана воды), слабым раствором марганцовки или отваром ромашки. Первую неделю надо повторять эту процедуру каждые 3-4 часа, потом два раза в день. Побольше пейте минеральной воды, сока, некрепкого чая. Потребляйте поливитамины, содержащие как минимум витамины А, Е, С. Чтобы очиститься полностью, организму понадобится от полугода до двух лет.

Значительно улучшат самочувствие антитабачные гомеопатические средства и фиточаи, которые вы найдете в аптеках, отвар валерианы или пустырника. Надо только всегда помнить: они не панацея, а всего лишь вспомогательное средство. Главное оружие против табака - ваши воля и желание.

СРАЗУ ИЛИ ПОСТЕПЕННО?

Существует несколько методик избавления от табачной зависимости. Если вы страдаете сердечной недостаточностью, гипертонией, эпилепсией, атеросклерозом и другими серьезными заболеваниями, вам надо бросать курить постепенно: перейти на более легкие сигареты, каждые три дня снижать их количество. Дело в том, что лишенный привычной дозы никотина организм реагирует на свое новое положение выбросом адреналина, а это, в свою очередь, ведет к повышению давления, активизирует работу щитовидной железы, что тяжело сказывается на самочувствии.

Если же вы относительно здоровы и молоды, рекомендуем поступить жестко: бросить курить резко, в один день, раз и навсегда. Это гораздо эффективнее. Доктор Г. З. Шакирзянов, руководитель казанского Реабилитационного центра по проблемам табакокурения, для наглядности рекомендует устроить себе символическое ...курением.

Дорогие родственники и друзья курильщиков! С вами рядом человек, решившийся на сложный и мужественный шаг. Порадуйтесь за него, покажите ему, как вы довольны его успехами, как гордитесь им, откладывайте вместе деньги, сэкономленные на сигаретах. Чтобы результат был наглядным, копите на какую-то конкретную вещь. Прощайте его раздражительность и помогайте отвлечься от нестерпимого желания.

35% курильщиков берутся за сигарету в случае конфликтных ситуаций. Попробуйте успокоить себя другим способом: выпейте мелкими глотками стакан холодной воды, несколько раз глубоко вздохните. Первое время воздержитесь от кофе и алкоголя. Как правило, у курильщиков чашка кофе или рюмка чего покрепче рефлекторно вызывает желание закурить.

Курильщик, который бросил курить, напоминает новичка на пляже нудистов - он не знает, куда деть руки. Займите их эспандером, четками, ручкой или любым другим предметом, а рот - семечками, яблоками или ирисками. Побалуйте себя сладким, приятными покупками. Вообще, придумывайте побольше способов отвлечься от навязчивой идеи закурить. Измените свой дневной график - непременно включите в него бассейн, занятия в спортивном зале.

Помните: ваши мучения не вечны - с каждым днем желание закурить будет ослабевать, а через две недели, максимум через месяц и вовсе исчезнет.

Тем несчастным, которые ну никак не могут бросить курить, советы дает Олег Новиков, первый зам. председателя Всероссийского общества трезвости и здоровья: "По американским ГОСТам в одной сигарете должно содержаться не больше 0,9% никотина и 12% смол. Российские стандарты - 42% никотина и 16% смол. Поэтому, если уж у вас не получается расстаться с сигаретой, пусть это будет американская сигарета. А еще лучше - индийская. Индийское курево самое безопасное, в нем одна трава (не наркотики, а просто пахучие высушенные травы) и практически нет никотина.

Наименьший вред здоровью наносят те, кто курит сигары: ими не затягиваются, просто набирают дым в рот, а потом выдыхают его. Не случайно в Америке, помешанной на здоровом образе жизни, потребление сигар ежегодно растет.

Хорошие фильтры, а также легкие сигареты или, еще лучше, тоненькие, женские тоже чуть-чуть уменьшат опасность, которой подвергает себя курильщик".

Ирина Хакамада, когда была беременной, "обманывала" организм следующим образом: делала две-три затяжки, потом аккуратно сигарету обрезала и ...

...сколько пачек в день вы выкуриваете (а тем бо-
лее если нервничаете или с кем-то разговариваете по
душам), сколько у вас уходит денег в месяц, в год. Вам
не жалко?

Я уж не говорю о том, что, расставшись с сигаретой,
вы избавите себя от кашля, перестанете портить зубы,
ваша кожа не пожелтеет в сорок лет, как пергаментная
бумага, знакомые не будут шарахаться от вас из-за не-
приятного запаха изо рта. В конце концов, неужели
вам не надоело зависеть от этих коротеньких пало-
чек? Неужели вас не угнетает мысль, что вы себе не
хозяин?

Борис Березовский поставил себя перед выбором-
отказаться от сигарет или от бизнеса: "Самые тяже-
лые- первые дни. Месяца три я плохо себя чувствовал,
вставал разбитый, у меня болела голова. Рука тяну-
лась за сигаретой, но я мужественно брал леденцы.
Они не помогали. Я проводил с собой длинные бесе-
ды, уговаривал себя. Главное - настроиться на успех.
Все физические неприятности переживаются не так
сильно, когда есть стимул - то, ради чего это делается".

Пусть эти люди станут для вас, уважаемые курящие
читатели, живым примером.

ОРГАНИЗМ БУНТУЕТ

Как только вы откажетесь от сигарет, у вас наступит "синдром отмены", самая настоящая ломка. Кто-то почувствует ее в первый же день, другие - через две недели - все зависит от того, как долго вы курили. "Синдром отмены" - то страшное испытание, которое мало кто выдерживает. Длится оно две-четыре недели. Надо заранее знать, как поддержать организм в этот период.

Как только никотин перестанет поступать, ваш организм начнет бунтовать: появятся сердцебиение, головные боли, раздражительность, агрессия, расстройство желудочно-кишечного тракта, бессонница, тревожность. Вы уже ни о чем другом не сможете думать, кроме как о сигарете. Чтобы постепенно такую физиологическую зависимость снять, назначаются никотино-содержащие препараты (анабозин, жевательные резин-

Существует несколько методик избавления от табачной зависимости. Если вы страдаете сердечной недостаточностью, гипертонией, эпилепсией, атеросклерозом и другими серьезными заболеваниями, вам надо бросать курить постепенно: перейти на более легкие сигареты, каждые три дня снижать их количество. Дело в том, что лишенный привычной дозы никотина организм реагирует на свое новое положение выбросом адреналина, а это, в свою очередь, ведет к повышению давления, активизирует работу щитовидной железы, что тяжело сказывается на самочувствии.

Если же вы относительно здоровы и молоды, рекомендуем поступить жестко: бросить курить резко, в один день, раз и навсегда. Это гораздо эффективнее. Доктор Г. З. Шакирзянов, руководитель казанского Реабилитационного центра по проблемам табакокурения, для наглядности рекомендует устроить себе символическое расставание с курением.

Купите пачку сигарет, достаньте одну сигарету, надломите. Остальные сильно сожмите и расправьтесь с ними так, будто это враг, и не просто враг, а враг вашего ребенка. Можете топтать, рвать, мять сигареты. Это будет началом вашей акции: вы заявили своему организму, что отныне бросаете курить. С этого момента - ни одной сигареты.

Но ваши привычки еще долго будут преследовать вас. На этот случай оставьте в пустой пачке ту самую надломленную сигарету. Только схватились за пачку - а там "узелок на память".

ПРИВЫЧКА, ЗНАЙ СВОЕ МЕСТО

Еще раз напомним: причины, по которым вы хотите бросить курить, хорошо бы записать. Да еще большими буквами, да еще повесить на стенку. Превратите свою борьбу с сигаретой в семейную акцию. Пусть все домашние знают, что вы бросаете курить. Позаботьтесь, чтобы в доме исчезли все пепельницы, сигареты, трубки, зажигалки и другие вещи, напоминающие об этой привычке. Повесьте в тех местах дома, где привыкли курить (туалет, кухня и т.д.), красивые таблички "Я не курю". Ведите подсчет дней, проведенных без курения. В этой ситуации очень важна поддержка близких.

содержаться не больше 0,9% никотина и 16% смол. По-
Российские стандарты - 42% никотина и 16% смол. По-
этому, если уж у вас не получается расстаться с сигаре-
той, пусть это будет американская сигарета. А еще луч-
ше - индийская. Индийское курево самое безопасное, в
нем одна трава (не наркотики, а просто пахучие высу-
шенные травы) и практически нет никотина.

Наименьший вред здоровью наносят те, кто курит сигары: ими не затягиваются, просто набирают дым в рот, а потом выдыхают его. Не случайно в Америке, помешанной на здоровом образе жизни, потребление сигар ежегодно растет.

Хорошие фильтры, а также легкие сигареты или, еще лучше, тоненькие, женские тоже чуть-чуть уменьшат опасность, которой подвергает себя курильщик".

Ирина Хакамада, когда была беременной, "обманывала" организм следующим образом: делала две-три затяжки, потом аккуратно сигарету обрезала и через пару часов повторяла всю процедуру. Одной сигареты хватало на день.

Курильщики могут утешить себя тем, что предрасположенность к заболеваниям определяется не только вредными привычками, но в гораздо большей степени-генетическим кодом.

КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОМОЩЬЮ

Сейчас в одной только Москве действуют сотни фирм, обещающих за один сеанс при помощи кодирования избавить от курения любого. Стоит такая процедура около ста долларов. Вреда от нее не будет, но и поможет она далеко не всем. Подобное одноразовое психотерапевтическое воздействие рассчитано на людей легко внушаемых, с небольшой степенью никотиновой зависимости.

Если вы решили воспользоваться услугами такой фирмы, разузнайте, есть ли у нее лицензия, какие врачи и каким образом проводят лечение (в идеале это должны быть наркологи, психотерапевты или психологи), поговорите с теми, кто уже прошел эту процедуру.

"Профиль"

ЖЕНЩИНЫ ЧАЩЕ СТРАДАЮТ РАКОМ ЛЕГКИХ, ЧЕМ МУЖЧИНЫ

По мнению специалистов в области онкологии, в будущем десятилетии число женщин, больных раком легких, будет непропорционально расти. Это связано с тем, что доля курящих женщин в Европе продолжает увеличиваться. Вместе с тем легочная ткань представительниц слабого пола реагирует на вредные вещества сильнее, чем легочная ткань мужчин. Поэтому курение у женщин скорее приводит к повреждению клеток, что в свою очередь создает условие для заболевания раком.

ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ ВРЕДНО ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПЛОДА

У женщин, куривших во время беременности, как известно, часто рождаются дети со сниженным весом. Однако, как недавно выяснилось, патология может проявиться и на генетическом уровне. Причем даже в тех случаях, когда будущая мать только вдыхает табачный дым. Американские исследователи установили, что сигаретный дым еще до рождения ребенка может привести к генным мутациям, которые, по-видимому, способны вызвать у него рак.

"Лиза"

БОЛЬ НА ВЫДУМКИ ХИТРА

Даже зимой люди часто простужаются - то грипп, то ОРЗ. Про чай с малиной и другие народные средства все мы, конечно, знаем. Хотелось бы порекомендовать читателям не менее простой, но гораздо более надежный способ лечения и профилактики подобных хворей.

Со всех концов страны идут письма кандидату медицинских наук Алле Алексеевне Уманской - автору методики профилактики гриппа и ОРЗ с помощью точечного самомассажа, - ведь свое первое авторское свидетельство на изобретенный ею метод она получила еще в 1979 году. Анализ писем показал, что 90-95 процентов людей, которые раньше часто и подолгу болели ОРЗ и гриппом, после регулярного применения "массажа по Уманской" говорят о том, что почти совсем перестали болеть. А примерно половина использующих точечный массаж отмечают значительное улучшение памяти, повышение работоспособности, многие слабее чувствуют тягу к сигаретам, алкоголю. Кстати, метод не имеет возрастных ограничений - его может применять и человек, которому уже за шестьдесят, и малыш, который только научился ходить. Он безвреден для беременных женщин и аллергиков

Методика Аллы Алексеевны использует БАЗ - биологически активные зоны, которые показаны на схеме. Как же их отыскать, что это за таинственные точки, как понять, что нашел нужное место?

- Организм сам подскажет, - поясняет Уманская. - Есть отличный природный индикатор - боль. Там, где нарушена функция, возникает болезненный очаг. Попробуйте сами...

Нажал раз-другой - ничего особенного. И вдруг почувствовал больно. Уманс-кая, заметив мою гримасу, улыбнулась:

- Видите, вы и не подозревали, что здесь прячется боль. Значит, в организме непорядок, биологическая система разрегулирована. Нужна биокоррекция. Обнаружить БАЗ легко. Несложно и научить любого использовать их для диагностики, профилактики и лечения.

На следующий день позвонил Уманской и признался, что хворь отвязалась. Впрочем, добавил: может, не так и простыл накануне. Во всяком случае, таблетки не понадобились - простуду как рукой сняло.

- Это и понятно, - комментирует она - Потратив две-три минуты, разминая восемь-девять активных точек на теле, вы мобилизуете защитные силы вовсе не означает, что методика Уманской - нечто вроде современной интерпретации атласов, созданных в давние века.

- Не в пику ли древней медицине, которая насчитывала почти семьсот активных точек, вы рекомендуете меньше десяти? Чем продиктован их выбор?

- Для начала отмечу: я использую для лечения и диагностики 32 биологически активные зоны, а основные 8-9 БАЗ - это именно те, которые непосредственно связаны с регуляторами жизнедеятельности организма. Естественно, выбраны они не случайно, ибо связаны с важными образованиями, регулирующими его деятельность.

Заметим: систему массажа может освоить не только каждый терапевт, а любой человек. О том, что она абсолютно безвредна, никаких побочных явлений не вызывает, уже говорилось. А для профилактики быстрота и не нужна, требуется другое - терпение, методичность. Если будете то начинать, то бросать упражнения, вы лишь дезорганизуете иммунную систему. Метод эффективен тогда, когда он стал привычным - как бритье, чистка зубов, умывание.

А ТЕПЕРЬ ПЕРЕЙДЕМ К ПРАКТИЧЕСКОМУ УРОКУ

На схеме вы видите предложенную А. Уманской систему активных точек, массаж которых позволяет предупреждать простудные заболевания. Массировать их нужно кончиком указа- каждые полчаса вплоть до исчезновения болевых ощущений.

Высокую сопротивляемость организма поддерживают только регулярные повторения упражнений - лучше всего выполнять их утром и перед сном. И, конечно, после каждого случайного контакта с больным ОРЗ - в транспорте, кино, магазине. Вернувшись домой, потратьте три минуты на массаж, мобилизуйте иммунную систему. Не забывайте - прекращение упражнений приводит к быстрой детренировке.

Если вы все-таки заболели, следует в первые же часы лечь в постель и вызвать на дом врача. Во время лечения массаж можно и нужно применять вплоть до полного выздоровления, совмещая его с назначениями лечащего врача. Но уже не 2-3 раза в сутки, как при профилактике, а каждые 30-40 минут.

Тем, кому интересно, почему массаж именно этих зон оказывает благотворное воздействие на организм, сообщаем подробности.

Точка 1. Связана со слизистой трахеи, бронхов, а также костным мозгом. При массаже этой зоны уменьшается кашель, улучшается кровоснабжение.

Точка 2. Регулирует иммунные функции организма. Повышается сопротивляемость инфекционным заболеваниям.

Точка 3. Контролирует химический состав крови и одновременно слизистую оболочку гортани.

Точка 4. Шею сзади необходимо массировать сверху вниз. Зоны шеи связаны с регулятором деятельности сосудов головы, шеи и туловища. Нормализуется работа вестибулярного аппарата.

Точка 5. Расположена в области седьмого шейного и первого грудного позвонков и связана с регуляторами сосудистых реакций.

Точка 6. Улучшает кровоснабжение слизистых оболочек носа и гайморовой полости. Дыхание через нос становится свободным, насморк проходит, нормализуется обоняние.

НА ПРОСТУДУ НАМ ЧИХАТЬ

Рецепты для тех, кто предпочитает таблеткам от простуды средства народной медицины.

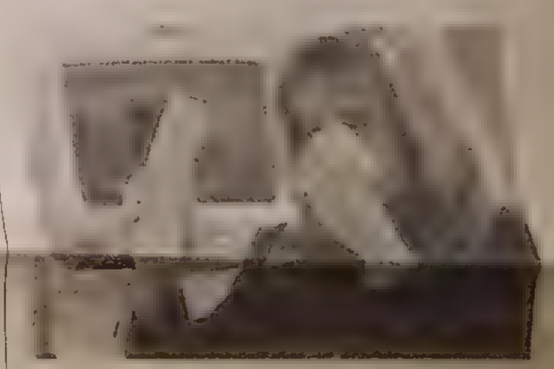
* 4 столовые ложки водки, 2 столовые ложки малинового варенья (либо земляничного, вишневого, кизилового, из инжира) и полстакана свежезаваренного крепкого чая смешать и выпить на ночь. Процедуру можно повторить в течение нескольких дней.

* Смешать 1 столовую ложку малинового варенья, 1 столовую ложку меда, 1 столовую ложку сливочного масла, 2 столовые ложки водки или коньяка, 1/2 чайной ложки пищевой соды. Выпить на ночь.

* 1 столовую ложку сухой измельченной травы клевера красного залить 1 стаканом кипятка, настоять, укутав, 40 минут, процедить, добавить по вкусу мед. Пить при простуде, сопровождающейся высокой температурой, по 1/4 стакана 5-6 раз в день. Это средство вызывает сильное потоотделение, в течение суток снижается самая высокая температура.

* Жаропонижающим действием обладают свежая и сушеная вишня, вишневое варенье. Они полностью могут заменить аспирин. 2 столовые ложки вишни залить 1/2 стакана кипятка, настоять, укутав, 5 минут. Ягоды съесть, воду выпить. Повторить лечение 5-7 раз в день каждые 1-1,5 часа. В течение дня наступает облегчение.

* Растереть перед сном ноги кашицей



чеснока и надеть шерстяные носки. Одновременно растереть грудь керосином, а также выпить смесь: 1/2 стакана меда и 1/2 стакана портвейна.

низме непорядок, биологическая система разрегулирована. Нужна биокоррекция. Обнаружить БАЗ легко. Несложно и научить любого использовать их для диагностики, профилактики и лечения.

На следующий день позвонил Уманской и признался, что хворь отвязалась. Впрочем, добавил: может, не так и простыл накануне. Во всяком случае, таблетки не понадобились - простуду как рукой сняло.

- Это и понятно, - комментирует она. - Потратив две-три минуты, размяв восемь-девять активных точек на коже, вы мобилизуете защитные силы организма. Ежедневные упражнения утром и вечером тренируют систему биологического управления, повышают иммунитет. Вероятность заражения уменьшается. А если даже вы занедужите, болезнь пройдет в более легкой форме.

Современная рефлексотерапия уходит корнями в древний восточный метод иглоукалывания, да и точечный массаж нынче называют мудреным научным термином - акупрессура. Но это

лютно безвредна, никаких побочных явлений не вызывает, уже говорилось. А для профилактики быстрота и не нужна, требуется другое - терпение, методичность. Если будете то начинать, то бросать упражнения, вы лишь дезорганизуете иммунную систему. Метод эффективен тогда, когда он стал привычным - как бритье, чистка зубов, умывание.

А ТЕПЕРЬ ПЕРЕЙДЕМ К ПРАКТИЧЕСКОМУ УРОКУ

На схеме вы видите предложенную А. Уманской систему активных точек, массаж которых позволяет предупредить простудные заболевания. Массировать их нужно кончиком указательного или среднего пальца вращательными движениями - сначала по, затем против часовой стрелки три-четыре секунды в каждую сторону. Лучше начинать с легкого нажима, постепенно повышая интенсивность воздействия. Массировать зоны 3 и 4 (в области шеи) нужно легкими движениями пальцев сверху вниз. Если в какой-то зоне вы ощущаете болезненность, процедуру следует повторять

Точка 3. Контролирует химический состав крови и одновременно слизистую оболочку гортани.

Точка 4. Шею сзади необходимо массировать сверху вниз. Зоны шеи связаны с регулятором деятельности сосудов головы, шеи и туловища. Нормализуется работа вестибулярного аппарата.

Точка 5. Расположена в области седьмого шейного и первого грудного позвонков и связана с регуляторами сосудистых реакций.

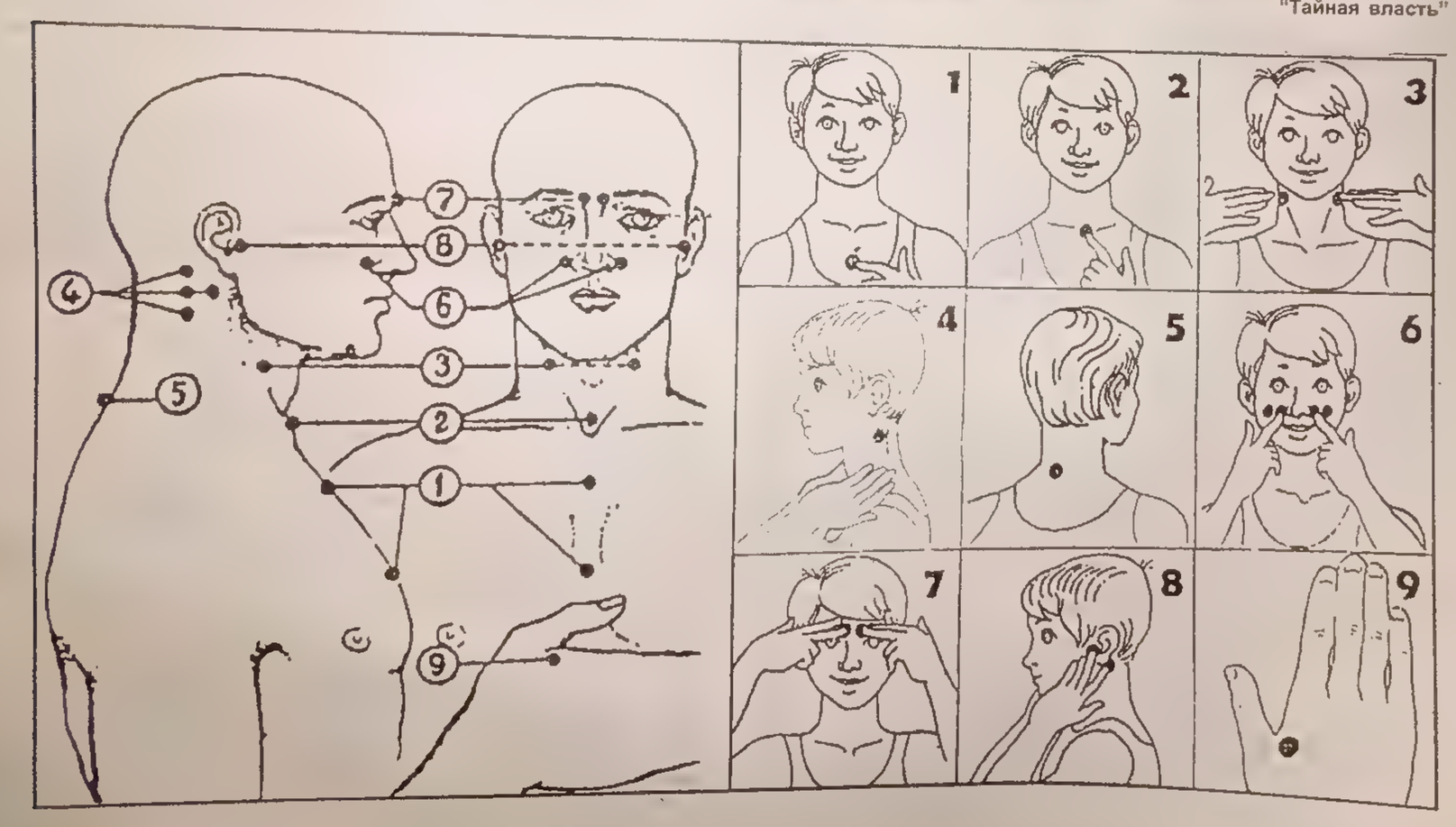
Точка 6. Улучшает кровоснабжение слизистых оболочек носа и гайморовой полости. Дыхание через нос становится свободным, насморк проходит, нормализуется обоняние.

Точка 7. Улучшает кровоснабжение в области глазного яблока и лобных отделов мозга.

Точка 8. Массаж этой области воздействует на органы слуха и вестибулярный аппарат, ответственный за поддержание равновесия.

Точка 9. При массаже этих точек нормализуются многие функции организма.

"Тайная власть"



часа. В течение дня наступает облегчение.

* Растереть перед сном ноги кашицей

чеснока и надеть шерстяные носки. Одновременно растереть грудь керосином, а также выпить смесь: 1/2 стакана меда и 1/2 стакана портвейна.

* При сильной простуде смешать в равных частях по объему яблочный или винный уксус, растительное масло и камфарный спирт. Смесью пропитать шерстяную материю и сделать из нее компресс на грудь на всю ночь. А на шею сзади положить компресс из кашицы хрена.

* Измельчить на мелкой терке черную редьку и обтереть кашицей больному все тело. Делать это следует перед сном и сразу же лечь в постель, очень хорошо укутавшись. Затем выпить предварительно приготовленную смесь из 1/2 стакана сока редьки, 1/2 стакана теплой кипяченой воды и 1 столовой ложки меда. Выпить не спеша. Это лечение очень эффективно при простудных заболеваниях как сильное потогонное средство.

* При тяжелых простудных заболеваниях, пневмониях 1 стакан промытого овса с шелухой залить 1 л непастеризованного молока и варить в закрытой посуде на слабом огне 1 час, настоять, укутав, 1 час, процедить. Пить терпимо горячим на ночь в течение длительного времени.

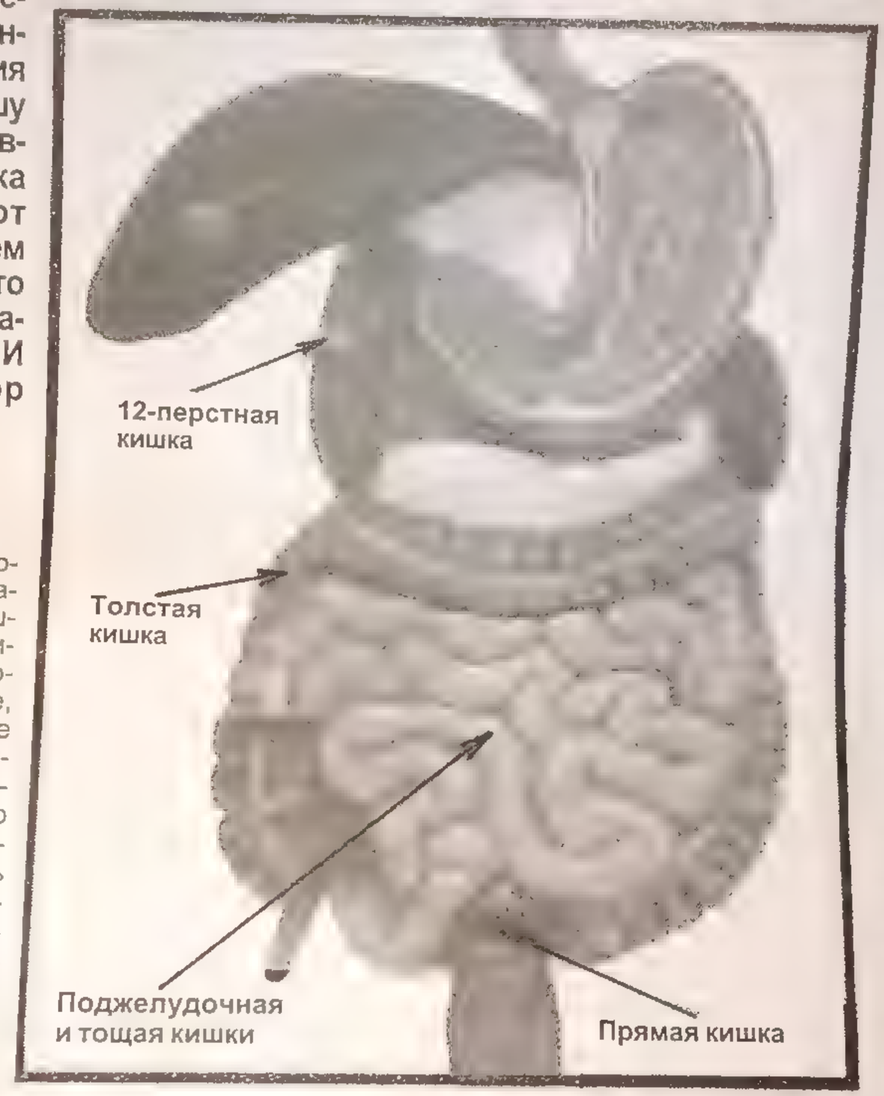
* Прекрасное потогонное средство: 5 штук гвоздики (пряность), 1 стакан сахарного песка залить 0,3 л воды и 0,3 л красного вина типа "портвейн". Варить в закрытой посуде, пока не останется половина жидкости. Принять горячий душ или ванну, хорошо вытереться, выпить настойку как можно более горячей, вновь хорошо вытереться, лечь в постель с грелкой и хорошо утеплиться. Наутро не останется и следа простуды.

* 2 столовые ложки сухой измельченной травы укропа залить 1 стаканом кипятка, настоять в закрытой посуде на кипящей водяной бане 15 минут, охладить при комнатной температуре 45 минут, процедить. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день до еды как потогонное и отхаркивающее средство при простудных заболеваниях.

"Тайная власть"

РАЗДРАЖЕННЫЙ КИШЕЧНИК

Проблемы с кишечником не принято обсуждать даже с близкими родственниками. Более того, некоторые стесняются говорить о них даже с врачом! А между тем из всех систем человеческого организма именно пищеварительная нередко дает сбои и именно желудочно-кишечные заболевания чаще других болезней осложняют нашу жизнь. Один из лидеров таких недугов- синдром раздраженного кишечника (СРК), который врачи называют "типичным простудным заболеванием пищеварительного тракта". О том, что оно собой представляет, рассказывает заведующий отделением ЦНИИ гастроэнтерологии профессор А. И. ПАРФЕНОВ.



СО МНОЮ ВОТ ЧТО ПРОИСХОДИТ...

Раздраженный кишечник не оставляет в покое своего "хозяина", изводя частой болью, запорами или поносами. Дает о себе знать тошнотой, изжогой, скоплением газов, вздутием живота. Каково жить, испытывая хотя бы некоторые из этих "удовольствий", понятно, наверное, всякому. А каждый четвертый прочувствовал все это на собственном опыте, ибо согласно медицинской статистике 26% работоспособного населения страдают синдромом раздраженного кишечника. Иначе говоря, несмотря на непривычное слуху название (в разные годы болезнь именовали и "слизистым колитом", и "спастической кишкой", и "дискинезией кишечника") СРК- чуть ли не самое распространенное заболевание желудочно-кишечного тракта, и если вам поставлен такой диагноз, знайте - у вас много друзей по несчастью.

При всей неприятности симптомов СРК не представляет опасности для жизни, это функциональное расстройство, при котором орган свою работу выполняет недобросовестно.

Вам следует помнить:

СРК - заболевание хроническое, быстро избавиться от него не удастся. Однако многие со временем так овладевают навыками контроля, что у них практически не наблюдается обострений или не случаются они редко, длятся недолго и протекают в мягкой форме.

Чтобы разобраться в особенностях этого заболевания, необходимо понять, как действует здоровый кишечник и почему "барахлит" кишечник раздраженный.

ЧТО ПРОИСХОДИТ С НИМ

Чаще всего клиническая картина заболевания бывает трех типов. Для первого характерны боль в жи-

Хотя ни психические нарушения, ни стрессы не являются прямыми причинами возникновения СРК, однако провоцировать обострения они могут. При сильном волнении, тревоге, страхе и т. п. функция пищеварительного тракта может нарушаться и у здоровых людей. У больных же СРК такая реакция возникает чаще и носит более острый характер.

Если вы знаете за собой такую "слабость", попытайтесь предупредить неприятность с помощью успокаивающих средств, которые не вызывают сонливости, заторможенности реакций, не нарушают четкости и ясности мышления. Это может быть настойка корня валерианы, пустырника, кому-то помогает но-шпа. Но пожалуй, оптимальный вариант - глицин. Это чуть ли не единственный препарат, который, нейт-

Вам же может оказать хорошую услугу дневник заболевания, в котором указывайте даты обострений и по возможности подробно их описывайте: что предшествовало обострению (некачественная еда, алкоголь, стрессовая ситуация...), где болит, как болит, все, что касается стула, и т. д.

Конечно, нам не свойственна такая педантичность, но коль скоро мы теперь часто оглядываемся на Запад, давайте заимствовать лучшее. В частности, внимательное отношение к своему здоровью. Заведите дневник! И почувствуйте себя немного американцем, англичанином, немцем...

КАК С ЭТИМ БОРОТЬСЯ

Когда диагноз СРК поставлен и, как говорится, обжалованию не подлежит, врач выбирает оптимальную стратегию и тактику лечения в соответствии с картиной заболевания и индивидуальными особенностями организма. Он подбирает диету с учетом непереносимости отдельных продуктов и реакции раздраженного кишечника на них (если в картине болезни преобладает диарея, вам не станут рекомендовать продукты, оказывающие послабляющее действие, и наоборот).

На фоне индивидуальной диеты непременно назначают препараты, подавляющие спазмы кишечника, нормализующие пищеварение и моторно-двигательную функцию тонкой и толстой кишок (фестал, мотилиум, мезим форте, церукал и другие).

Почти у всех больных СРК присутствует явление, называемое дисбактериозом. Кишечник и особенно его нижний отдел - толстая кишка обильно населены всевозможными микроорганизмами. Их общее количество достигает 10^9 на 1 г кала. Среди них есть полезные, условно патогенные и явно вредные. В норме все они сосуществуют на "паритетных" началах, обеспечивая подвижное равновесие.

При дисбактериозе количественное (и, естественно, качественное) соотношение разных видов бактерий меняется, и как всегда, в пользу вредных: условно-патогенная флора - стафилококки, грибы, протей - расцветает пышным цветом. А полезные бифидобактерии, молочные палочки и некоторые другие микроорганизмы либо исчезают вовсе, либо количество их резко сокращается.

Бороться с этим можно двумя способами: насильственно заселяя кишечник "добропорядочными" бифидобактериями, используя, скажем, бифидумбактерин, или же поддерживая и питая полезную флору с помощью таких современных препаратов, как хилак форте, бактисубтил. Тактику и [illegible]

свою работу выполняет недобросовестно.

Вам следует помнить:

СРК - заболевание хроническое, быстро избавиться от него не удастся. Однако многие со временем так овладевают навыками контроля, что у них практически не наблюдается обострении или же случаются они редко, длятся недолго и протекают в мягкой форме.

Чтобы разобраться в особенностях этого заболевания, необходимо понять, как действует здоровый кишечник и почему "барахлит" кишечник раздраженный.

ЧТО ПРОИСХОДИТ С НИМ

Чаще всего клиническая картина заболевания бывает трех типов. Для первого характерны боль в животе, скопление газов, чередование запоров и поносов, для второго - частые запоры, сопровождаемые болезненными ощущениями, а при третьем типе ведущий симптом - понос. Что же происходит в каждом из этих случаев?

В норме мышцы кишечника сокращаются с определенной скоростью. Ее изменение влечет за собой симптомы СРК. При замедленном сокращении мышц возникает запор, при слишком быстром - понос. Если кишечник к тому же работает неритмично и его движения имеют толчкообразный характер, образуются газы, возникает вздутие живота - признаки недуга, именуемого метеоризмом. Все эти изменения скорости и ритма работы кишечника (говоря по-научному, моторно-двигательной функции) связаны с его повышенной чувствительностью. Не удивляйтесь, кишка (даже толстая) - дело тонкое, весьма чувствительное и... нервное. Сеть нейронов в стенке кишки, называемая в медицине энтериновой нервной системой, представляет собой один из главных регуляторов ее секреторных процессов и двигательной функции.

Имея чувствительный кишечник, надо хорошенько изучить, что он любит, а что - нет, знать, что может вызвать у него приступ "раздражительности", и стараться этого не допускать. Но прежде ответим на вопрос, почему он стал таким.

ОТКУДА ЧТО БЕРЕТСЯ

СРК может быть вызван многими причинами. Повышенная чувствительность кишечника бывает наследственной, обусловленной физиологическими особенностями организма. Однако чаще всего к патологии энтериновой нервной системы приводят острые кишечные инфекции (дизентерия, сальмонеллез и пр.) и вирусные заболевания (ОРВИ, грипп), протекающие на фоне сниженного иммунитета. В таких случаях СРК становится как бы иммунным ответом кишки на воздействие многочисленных антигенов.

Болезненные процессы в некоторых областях брюшной полости и малого таза также могут быть причиной изменений в нервных элементах кишечника. Поэтому СРК часто сопутствует таким заболеваниям, как гастрит, холецистит, простатит.

Нервную регуляцию кишечника способны нарушить заболевания спинного и головного мозга, так как энтериновая нервная система находится "в подчинении" у центральной. Но это еще не все.

Хотя ни психические нарушения, ни стрессы не являются прямыми причинами возникновения СРК, однако провоцировать обострения они могут. При сильном волнении, тревоге, страхе и т. п. функция пищеварительного тракта может нарушаться и у здоровых людей. У больных же СРК такая реакция возникает чаще и носит более острый характер.

Если вы знаете за собой такую "слабость", попытайтесь предупредить неприятность с помощью успокаивающих средств, которые не вызывают сонливости, заторможенности реакций, не нарушают четкости и ясности мышления. Это может быть настойка корня валерианы, пустырника, кому-то помогает но-шпа. Но пожалуй, оптимальный вариант - глицин. Это чуть ли не единственный препарат, который, нейтрализуя влияние стресса (сглаживает психоэмоциональные всплески, нервозность, раздражительность, агрессивность), одновременно улучшает память, заостряет внимание и повышает трудоспособность.

У страдающих СРК часто наблюдаются депрессивные состояния. И в этом случае синдром раздраженного кишечника хуже поддается лечению; особенно упорно сохраняется боль в брюшной полости. Образуется своеобразный замкнутый круг: болезнь порождает депрессию, а та в свою очередь осложняет лечение. Здесь необходима помощь не только гастроэнтеролога, но обязательно и психотерапевта. Он может применить различные способы релаксации, массаж, дыхательную гимнастику, а в некоторых случаях назначить и психотропные препараты - транквилизаторы, нейролептики, антидепрессанты. Психотерапия обычно дает положительные результаты у всех больных СРК.

ВНИМАНИЕ! БОЛЕЗНЬ ЛЮБИТ МАСКИРОВАТЬСЯ

Боль в животе, запоры, поносы, тошнота, изжога, скопление газов могут быть вызваны различными причинами: от безобидного "съел что-нибудь" до серьезных заболеваний внутренних органов.

Чаще всего синдром раздраженного кишечника бывает у людей в возрасте 20-50 лет, иногда - у детей и подростков. У пожилых СРК маловероятен.

Учтите: боль возникает, как правило, в период бодрствования, она может помешать уснуть, но разбудит едва ли. Эпизоды обострений повторяются через приблизительно одинаковые промежутки времени и протекают тоже примерно одинаково. Внезапное появление новых симптомов должно насторожить. В частности, если боль, однажды возникнув, возвращается вновь и вновь, будит по ночам, значит развитие болезни идет по нарастающей. Это очень тревожный знак (особенно если сопровождается заметной потерей веса), о котором следует непременно сообщить врачу.

Проявления СРК сходны с признаками таких недугов, как болезнь Крона или неспецифический язвенный колит. Только врач по результатам обследования может определить причину недомогания.

количество достигает 10^9 на 1 г кала. Среди них есть полезные, условно патогенные и явно вредные. В норме все они сосуществуют на "паритетных" началах, обеспечивая подвижное равновесие.

При дисбактериозе количественное (и, естественно, качественное) соотношение разных видов бактерий меняется, и как всегда, в пользу вредных: условно-патогенная флора - стафилококки, грибы, протей - расцветает пышным цветом. А полезные бифидобактерии, молочные палочки и некоторые другие микроорганизмы либо исчезают вовсе, либо количество их резко сокращается.

Бороться с этим можно двумя способами: насильственно заселяя кишечник "добропорядочными" бифидобактериями, используя, скажем, бифидумбактерин, или же поддерживая и питая полезную флору с помощью таких современных препаратов, как хилак форте, бактисубтил. Тактику и лекарства выбирает врач.

Вы же должны делать все, чтобы не раздражать, а ублажать свой кишечник. "Уж сколько раз твердили миру" о вреде нерегулярного питания и еды всухомятку, наспех. И что же? Как было это одной из самых распространенных причин СРК 10 лет назад, так и поныне остается. А требуется-то всего лишь 4-разовое полноценное питание. Ни в коем случае не разносолы, маринады и копчености, а простая здоровая пища: всевозможные каши, отварной, печеный картофель, отварные овощи (особенно полезна капуста белокочанная, брокколи, цветная), нежирные мясо, птица, рыба, приготовленные на пару или отварные... Минимум жиров животных и максимум растительных! Но главный упор - на молочно-кислые продукты, особенно те, которые содержат так называемую болгарскую палочку (это все высококачественные натуральные йогурты).

И еще об одном нельзя забывать - о клетчатке или пищевых волокнах. Они весьма благотворно действуют на моторику кишечника, заставляя мышцы работать интенсивнее. Если с овощами и другими продуктами питания поступает недостаточно клетчатки, добавляйте (2 столовые ложки в день) пшеничные, ржаные отруби (сейчас они продаются во многих магазинах) в кефир, простоквашу, йогурты, и ваш кишечник сменит гнев на милость.

В пользу клетчатки говорит тот факт, что СРК широко распространен в индустриально развитых странах и почти не встречается там, где население питается не рафинированными продуктами с различными добавками, красителями и консервантами, а в основном грубой пищей, овощами, фруктами.

И непременно следите за стулом. Важно не только поесть с пользой, но и вовремя удалить отработанное. Никогда не подавляйте позывы кишечника на опорожнение: это ведет к нарушению нервно-рефлекторного процесса и как следствие вызывает СРК.

Но и не "балуйте" его слабительными: кишечник отвыкает работать самостоятельно и пассивно ждет очередной "дозы". Вашим "слабительным" должны стать овощи, фрукты, отруби - словом, пищевые волокна.

"Здоровье"

7 РОДИТЕЛЬСКИХ ЗАБЛУЖДЕНИЙ О МОРОЗНОЙ ПОГОДЕ

1 МНОГИЕ СЧИТАЮТ, ЧТО РЕБЕНКА НАДО ОДЕВАТЬ ПОТЕПЛЕЕ.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ

Дети, которых кутают, увы, чаще болеют. Особенно опасно слишком тепло одевать детей, уже умеющих ходить. Движения сами по себе согревают организм, и помощь "ста одежек" совершенно лишняя. В детском организме нарушается теплообмен, -и в результате он перегревается. Тогда достаточно даже легкого сквознячка, чтобы... простыть.

2 МНОГИЕ СЧИТАЮТ: ЧТОБЫ УДЕРЖИВАТЬ ТЕПЛО, ОДЕЖДА ДОЛЖНА ПЛОТНО ПРИЛЕГАТЬК ТЕЛУ.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ

Парадоксально, но самое надежное средство защиты от холода - воздух. Оказывается, чтобы лучше всего защититься от низкой температуры, надо создать вокруг тела воздушную прослойку. Для этого подойдет теплая, но достаточно просторная одежда. Что надеть под куртку или пальтишко? Сначала маечку или футболку из хлопка, который хорошо впитывает пот, потом пуловер или шерстяной свитер, свободный, но плотно прилегающий на шее и запястьях. На ноги - шерстяные носки и теплые ботинки на меху или сапожки, но не тесные, а такие, чтобы большой палец ноги мог легко двигаться внутри.

3 МНОГИЕ СЧИТАЮТ: ЕСЛИ МАЛЫШУ ХОЛОДНО, ОН ОБЯЗАТЕЛЬНО ДАСТ ОБ ЭТОМ ЗНАТЬ.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ

Ребенок до 2-3 лет еще не может сказать "Мне холодно", не умеет стучать зубами и дрожать. Жировая прослойка под кожей у него еще очень мала, и система терморегуляции сформировалась не до конца.

Единственной реакцией сильно замерзшего малыша будут резкая бледность и непреодолимое желание спать. Имейте в виду: момент, когда тело ребенка расслабляется, - сигнал опасности! Не радует и "умилительная" зимняя картинка - спящий в санках ребенок. Ведь он не движется, а просто отдан в неласковые руки мороза.

4 МНОГИЕ СЧИТАЮТ, ЧТО ЗИМОЙ ВПОЛНЕ ДОСТАТОЧНО ПОГУЛЯТЬ ЧАСОК.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ

На этот счет нет строгих правил. Все зависит от закаленности ребенка и уличной температуры.

Для младенца, которому всего несколько дней от роду, прогулки должны быть ограничены, особенно в сильные морозы (за -10°). Но если ребенку уже исполнился месяц, смело гуляйте подольше - несколько часов. Максимально допустимая температура для прогулок с малышом первого года жизни - минус 15°; а опасные "спутники" зимнего воздуха -высокая влажность и ветер.

Дети лучше переносят холод, если их покормить перед прогулкой - особенно "дает" тепло пища, богатая углеводами и жирами. Поэтому лучше выйти погулять сразу после еды.

5 МНОГИЕ СЧИТАЮТ - БЕДА, ЕСЛИ У РЕБЕНКА ЗАМЕРЗНУТ УШИ.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ

В сильный мороз, боясь отита, мамы и сердобольные бабушки используют целый арсенал платочков, шапок-ушанок, шапок-шлемов. Однако если возникло воспаление ушей, вовсе не значит, что переохладились именно они.

Анатомическое строение детского внутреннего уха таково, что просвет евстахиевых труб гораздо шире, чем у взрослого. Даже при легком насморке жидкие выделения из носа через носоглотку легко туда затекают, неся с собой инфекцию. Чаще всего из-за этого и возникают отиты, а не от того, что "застудили" уши.

Позаботьтесь поплотнее закрыть шею и затылок ребенка - именно здесь происходит наибольшая потеря тепла. А уши надо закалять с самого рождения - не надевать слишком плотно прилегающие многочисленные платочки и шапочки.

6 МНОГИЕ СЧИТАЮТ: РАЗ РЕБЕНОК ЗАМЕРЗ, НУЖНО КАК МОЖНО БЫСТРЕЕ СОГРЕТЬ ЕГО.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ

Это верно и неверно. Согреть нужно, но не в "пожарном, порядке". Например, если положите замерзшие пальчики ребенка на батарею центрального отопления или подставите их под струю горячей воды - беды не миновать. Резкий контраст температур может вызвать сильную боль в переохлажденном участке тела или, хуже того, нарушение работы сердца! Чтобы согреть малыша, прежде всего переоденьте его в теплое сухое белье, положите в кроватку и укройте одеялом. Обычной комнатной температуры вполне достаточно. Если ребенок озяб, но немножко, можно предложить ему негорячую ванну - пусть поплавает, порезвится.

7 МНОГИЕ СЧИТАЮТ, ЧТО ПРОСТУЖЕННЫЙ РЕБЕНОК НЕ ДОЛЖЕН ГУЛЯТЬ.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ

Если температура у малыша не повышена, прогулки нужны обязательно! Держать больного ребенка неделями в квартире - не лучший выход. Наверное, замечали, что на свежем воздухе даже насморк как бы отступает, нос прочищается, начинает дышать. Ничего, если будет и морозец. Следите, чтобы ребенок не дышал ртом, чтобы его не продуло ветром и он не вспотел. Не позволяйте ему много двигаться: ни к чему пока беготня или катание с горки. Гуляйте "за ручку" - чинно и благородно, как говаривали в старину.

Носоглотка, трахея, бронхи и легкие маленьких детей гораздо уязвимее, чем у взрослых. У малышей меньше эластичных тканей, которые помогают стойко выносить атаки болезнетворных микроорганизмов,

меху или сапожки, но не тесные, а такие, чтобы большой палец ноги мог легко двигаться внутри.

максимально допустимая температура для прогулок с малышом первого года жизни - минус 15°; а опасные "спутники" зимнего воздуха -высокая влажность и ветер.

и затылок ребенка - именно здесь происходит наибольшая потеря тепла. А уши надо закалять с самого рождения - не надевать слишком плотно прилегающие многочисленные платочки и шапочки.

не дышал ртом, чтобы его не продуло ветром и он не вспотел. Не позволяйте ему много двигаться: ни к чему пока беготня или катание с горки. Гуляйте "за ручку" - чинно и благородно, как говаривали в старину.

ЛФК ПРИ ПРОСТУДЕ

Носоглотка, трахея, бронхи и легкие маленьких детей гораздо уязвимее, чем у взрослых. У малышей меньше эластичных тканей, которые помогают стойко сносить атаки болезнетворных микроорганизмов, замедлен легочный лимфо- и кровоток. От банальной простуды воспалительному процессу в бронхах младенца вспыхнуть легче легкого. "Потушить" пожар непросто: чуть что – и вновь малыш тяжело засопел, засопливел, закашлял... А часто болеющий ребенок значительно слабее сверстников. Его психомоторное развитие может замедлиться. Но, уважаемые родители, это поправимо, если наряду с лечением активно занятья с крохой лечебной физкультурой.

Запомните: в начальный, острый период, когда температура повышена, массаж и физические упражнения не нужны, так как могут нарушить деятельность сердечно-сосудистой и дыхательной систем. По той же причине ЛФК и массаж не делают и во время обострения воспалительного процесса.

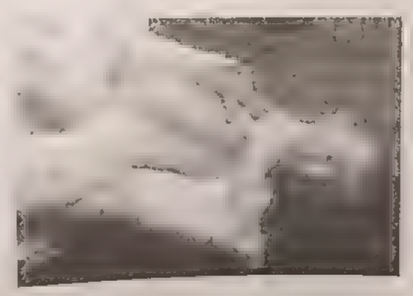
Прежде всего удобно устройте малыша в постельке (представьте, это тоже разновидность лечебной физкультуры, которая называется "лечение положением"). Под матрац подложите подушку, чтобы голова и туловище ребенка были приподняты примерно на 20 градусов: диафрагма опустится, и дышать ему станет намного легче.

Чтобы в легких не появились очаговые процессы (другими словами – не распространилось воспаление), чаще переворачивайте кроху с боку на бок, на спину, берите на руки, держите вертикально у груди.

При бронхите, когда малышу трудно откашляться, нужно помочь отхождению слизи, забившей бронхи. 2-4 раза в день на несколько минут выкладывайте ребенка на животик так, чтобы голова и грудь оказывались ниже живота, а лицо было обращено в сторону. в этом положении ему полезно делать массаж – ладонями поглаживайте и растирайте мышцы спины, расслабленными пальцами слегка разминайте и нежно поколачивайте их.

Для улучшения дыхания, предупреждения застойных явлений в легких и других осложнений делайте с малышом **дыхательные упражнения.**

ИСХОДНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ – НА РУКАХ



Посадите ребенка себе на левую руку. Ритмично надавливайте правой ладонью на спину, перемещая ее от шеи до поясницы (2-4 раза). Если малыш еще не умеет держать голову, прислоните ее к своему плечу.

ИСХОДНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ – НА СПИНЕ

Уложите ребенка так, чтобы его лицо было обращено к вам. Расположите ладони и пальцы по бокам грудной клетки, не касаясь грудины, и ритмично надавливайте на эти места (2-4 раза).

• Возьмите малыша за нижние части голеней и сгибайте ножки, прижимая их к животу одновременно и попеременно (по 4-6 раз).

• Разведите ручки ребенка в стороны – вдох, затем сведите их, ритмично и легко надавливая ими на боковые и передние отделы грудной клетки, - выдох (2-4 раза).

ИСХОДНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ – НА БОКУ

• Ритмично и нежно ладонями и пальцами надавливайте на грудную клетку и ее бобковые поверхности (2-4 раза на каждом боку).

• Придерживая ножки. Отведите ручку малыша вверх – вдох, опустите легонько, надавливая ею на переднебоковой отдел грудной клетки, - выдох (2-4 раза на каждом боку).

Запомните: движения ваши должны быть ритмичными, плавными, в такт дыханию младенца.

Сколько продлится одно занятие? Обычно 10-15 минут 2-3 раза в день. Слабенькому ребенку достаточно и 2-4 минут, но количество занятий тогда увеличьте до 6-8 в день.

Очень важно, чтобы нагрузки возрастали **постепенно.** Например, если в самом начале курса лечебной физкультуры достаточно менять положение ребенка в кровати и брать его на руки, через 2-3 дня нужно "присоединить" легкий поглаживающий массаж грудной клетки, чередуя его с дыхательными упражнениями, вначале не более 1-2 в одно занятие.

Ваши усилия не пропадут даром – малыш выздоровеет скорее. Но и тогда не прекращайте занятий: дыхательные упражнения приносят ощутимую пользу и в болезни, и в здравии.

После выздоровления ребенка приступайте (под контролем врача) к постепенному и обязательно ежедневному закаливаю, гимнастике и продолжайте дыхательные упражнения – хотя бы 1-3 из предложенных выше.

"Здоровье"

ФИТОТЕРАПИЯ ТОКСИКОЗОВ БЕРЕМЕННЫХ

Несмотря на низкую токсичность фитопрепаратов, применять их для лечения токсикозов беременных всегда нужно под контролем врача-специалиста.

ПРИ РАННИХ токсикозах (рвота беременных, слюнотечение (птиализм) могут быть использованы:

• 2 чайные ложки листьев вахты трехлистной (трилистника водного) заливают 2 стаканами холодной воды, настаивают 8 часов. Принимают настой небольшими порциями в течение суток;

• 20 мг мха исландского заливают 200 мл воды, кипятят 10 мин., процеживают после остывания. Принимают по 1/4 стакана 3 раза в день перед едой. Для улучшения вкусовых качеств в отвар можно добавить мед;

• при токсикозе и рвоте беременных самое доступное растение - подорожник, особенно свежий сок листьев; его дают по 1 ст. ложке 3-4 раза в день за 15-20 мин. до еды. Не от случая к случаю, а регулярно на протяжении 3-4 недель;

• 1 ст. ложку измельченных листьев мелиссы лекарственной заливают 1 стаканом воды, кипятят 5 мин., процеживают. Принимают отвар после остывания по 1/4 стакана 3 раза в день. Еще лучше снимает тошноту и прекращает рвоту у беременных спиртовая настойка из травы мелиссы. Треть стакана сырья настаивается в 1 стакане водки 7-9 дней. 1 ч. ложку настойки надо развести в 1/2 стакана кипяченой воды комнатной температуры и выпить - это безвредно. Принимать можно до 3 раз в день;

• при тошноте нередко прибегают к помощи цикория: 1 ст. ложку травы настаивают в 1 стакане кипятка полчаса и пьют в течение дня небольшими глотками или по 1/2 стакана незадолго до еды. При общей слабости и малокровии летом используется сок цикория. На один прием 1-2 ч. ложки сока, разведенные в 100 мл молока. Пьют 3 раза в день;

• если слюнотечение несильное, достаточно размешать 1/2 ч. ложки порошка коры дуба или 2 ч. ложки сока лимона в 200 мл воды и этой смесью смочить губы;

Очень важное значение в лечении и профилактике рвоты имеет питание. Пища должна быть хорошо проваренной, протертой. Прием пищи следует проводить через каждые 2-3 часа, небольшими порциями, чтобы не перегружать желудок и не очень раздражать его рецепторы. Полезно первый завтрак принимать утром, еще в постели. Не рекомендуется плотная и жидкая пища одновременно. Целесообразно пищу слегка подогревать. Восполнить теряемую организмом жидкость можно ежедневным введением 1-2 л жидкости (5%-ный раствор глюкозы, приготовленный на физиологическом растворе) в виде капельных клизм. Чрезмерная потеря минеральных веществ (особенно натрия, хлора)восполняется включением в пищу селедки в виде паштета, добавкой соли в пищу. Можно пользоваться в основном **сухой диетой**: печеный картофель с маслом, яйцо, поджаренный белый хлеб, каша с маслом. За полчаса до еды и в течение полутора часов после еды не следует пить.

Хорошо помогают разгрузочные дни. При этом в течение дня следует выпивать 1,5 л компота (по одному стакану каждые два часа) или съедать 500-600 г творога и 100 г сметаны, разделив на 2-6 приемов. Желательны также разгрузочные дни из разных фруктов в виде пюре. Одновременно следует соблюдать полный покой и ограничиться постельным или полупостельным режимом. Если разгрузочную диету беременная переносит трудно и диета вызывает резкую слабость, можно добавить несколько сухарей, изготовленных из муки тонкого помола.

Нельзя не отметить, что при неправильном питании (однообразие пищи, потребление продуктов с большим количеством поваренной соли и др.) сама пища может стать фактором, способствующим развитию токсикоза, вызывая отеки, повышая тонус сосудов, способствуя развитию гипертензивного синдрома.

Разновидностью раннего токсикоза является тошнота беременных, характеризующаяся ощущением дурноты, обычно предшествующей рвоте; она сопровождается изменением частоты пульса и дыхания, бледностью кожных покровов (особенно лица), усилением секреции желудка и слизистой оболочки бронхов. Принципы лечения тошноты остаются теми же, что и при рвоте.

Применение фитопрепаратов **при поздних токсикозах** носит по преимуществу симптоматический характер. **Мочегонным действием при отеках беременных обладают следующие настои и отвары:**

• 30 г молодых листьев березы повислой заливают 200 мл кипятка, после остывания добавляют щепотку пищевой соды (на кончике ножа). Настаивают 6 часов, процеживают. Принимают настой по 1/2 стакана до 2-3 раз в день.

•10 г почек березы заливают 200 мл воды, кипятят 15 мин., процеживают и принимают отвар по 1 ст. ложке 3-4 раза в день до еды.

• 2 ст. ложки измельченных листьев брусники заливают 2 стаканами воды, кипятят 15 мин. Суточную дозу отвара (100 мл) принимают в течение дня. Настой из ягод брусники готовят и принимают так же.

При появлении признаков позднего токсикоза беременной необходимо стационарное лечение.

Если у больной чрезмерно увеличивается масса тела и развиваются отеки, ее следует перевести на бессолевую диету, при которой допустимо потребление не более 3-4 г соли в течение суток. Повышению выведения мочи и хлорида натрия способствует обогащение рациона солями калия, которыми богаты *абрикосы, курага, изюм, свежеиспеченный в кожуре картофель, овсяная крупа.*

Устранению отеков способствует соблюдение беременной постельного режима, так как горизонтальное положение помогает выделению мочи по типу ночного, вертикальное - уменьшает выделение мочи и хлоридов.

Нарушение режима, несоблюдение рекомендаций врача могут привести к развитию нефропатии, когда на фоне отеков повышается артериальное давление, в моче появляется белок.

При нефропатии рекомендуется диета, богатая солями магния, включающая такие продукты, как печень, нежирные сорта сыра, крупы, кроме манной, орехи, а также овощи (морковь, свежая капуста, свекла и др.) и фрукты (яблоки, лимоны, курага, изюм, инжир).

В питании беременных с поздними токсикозами особое значение имеет белок, так как недостаток белка как в количественном, так и качественном отношении приводит к развитию гипопротеинемии, ослаблению иммунобиологических свойств организма, что способствует дальнейшему развитию токсикоза. Поэтому таким больным необходимо включать в свой рацион нежирное отварное мясо, вареную свежую рыбу, печень, творог, содержащие полноценные белки. При этом необходимое количество белка в пище определяется массой тела больной и рассчитывается исходя из того, что на 1 кг массы тела должно поступать 1,5 - 2 г белка.

"АиФ. Здоровье"

ВРЕМЯ КАПРИЗОВ

БЕРЕМЕННЫМ НАДО СЛЕДИТЬ

вий летом используется сок цикория. На один прием 1-2 ч. ложки сока, разведенные в 100 мл молока. Пьют 3 раза в день;

• если слюнотечение несильное, достаточно размешать 1/2 ч. ложки порошка коры дуба или 2 ч. ложки сока лимона в 200 мл воды и этой смесью смочить губы.

Очень важное значение в лечении и профилактике рвоты имеет питание. Пища должна быть хорошо проваренной, протертой. Прием пищи следует проводить через каждые 2-3 часа, в основном **сухой диетой**: печеный картофель с маслом, яйцо, поджаренный белый хлеб, каша с маслом. За полчаса до еды и в течение полутора часов после еды не следует пить.

Хорошо помогают разгрузочные дни. При этом в течение дня следует выпивать 1,5 л компота (по одному стакану каждые два часа) или съедать 500-600 г творога и 100 г сметаны, разделив на 2-6 приемов. Желательны также разгрузочные дни из разных фруктов в виде пюре. Одновременно следует соблюдать полный покой и ограничиться постельным или полупостельным режимом. Если разгрузочную диету, характеризующаяся ощущением дурноты, обычно предшествующей рвоте; она сопровождается изменением частоты пульса и дыхания, бледностью кожных покровов (особенно лица), усилением секреции желудка и слизистой оболочки бронхов. Принципы лечения тошноты остаются теми же, что и при рвоте.

Применение фитопрепаратов **при поздних токсикозах** носит по преимуществу симптоматический характер. **Мочегонным действием при отеках беременных обладают следующие настои и отвары:**

• 30 г молодых листьев березы повислой заливают 200 мл кипятка, после остывания добавляют щепотку пище-

В питании беременных, страдающих токсикозами особое значение имеет белок, так как недостаток белка как в количественном, так и качественном отношении приводит к развитию гипопротеинемии, ослаблению иммунобиологических свойств организма, что способствует дальнейшему развитию токсикоза. Поэтому таким больным необходимо включать в свой рацион нежирное отварное мясо, вареную свежую рыбу, печень, творог, содержащие полноценные белки. При этом необходимое количество белка в пище определяется массой тела больной и рассчитывается исходя из того, что на 1 кг массы тела должно поступать 1,5 - 2 г белка.

"АиФ. Здоровье"

ВРЕМЯ КАПРИЗОВ

Что полезнее всего есть беременной женщине?

Теперь врачи не смеются над прихотями беременных женщин, а всячески рекомендуют их поощрять, считают, что организм ребенка сигнализирует о необходимых ему субстанциях. А потому - несколько советов беременным, которые дают специалисты.

• Ешьте три раза в день. Главная пища - то, что хочется особенно.

• Забудьте о похудении. Но не переедайте! За время беременности можно поправиться на 9-12 кг, но не меньше: в противном случае родится ребенок с маленьким весом.

• **Помните о витаминах и микроэлементах.** Они находятся во фруктах, овощах, молочных продуктах и обеспечивают нормальное развитие ребенка.

• **Картофель.** Содержит много клетчатки, поставляет энергию, к тому же от него не полнеют. Богат витамином С. В день женщине необходимо "съедать" 75 мг этого витамина, а будучи беременной - свыше 100 мг.

Помимо картофеля, источники витамина С - свежие овощи и фрукты. А также соленые огурцы. Витамин С гарантирует маме и ребенку хорошее настроение, сопротивляемость болезням и здоровые десны.

• **Капуста.** Ею пренебрегают, а она ведь так полезна: укрепляет организм, убивает бактерии. Стоит помнить, что капуста содержит витамин Н (биотин): он предупреждает облысение и образование аллергических кожных высыпаний.

Если кто-то не любит капусту, то витамин Н может получить из гороха, цветной капусты, лука и грибов.

Ну а настоящая витаминная "бомба", полезная всем, - сок свежей белокочанной капусты с добавками морковного, приправленный лимонным соком.

• **Хлеб из муки цельного помола** регулирует работу кишечника, так как содержит много клетчатки. В нем также много витамина B_1. Во время беременности потребность в нем возрастает на 20 процентов. Витамин B_1 уменьшает риск появления врожденных дефектов зародыша. Стоит съедать в день 4-5 ломтиков такого хлеба.

• **Орехи** богаты витамином B_1, отвечающим также за функционирование нервной системы. К тому же они обеспечивают хорошее самочувствие, понижают уровень холестерина в крови. Но, правда, содержат много калорий. Помимо орехов витамин B_1 можно найти в рыбе, дрожжах, стручковом горохе.

• **Бананы** содержат много витамина B_6. Беременные женщины, как правило, страдают от дефицита этого витамина. А он защищает от преждевременных родов и обеспечивает нормальное функционирование нервной системы. Витамин B_6 содержится также в кукурузе, стручковых, дрожжах, злаковых зернах. А бананы доставляют организму еще и калий - противосудорожное средство.

• **Зеленый чай** предупреждает кариес. Он богат фтором, препятствует возникновению зубного камня - источника бактерий, разрушающих эмаль.

• **Молочные продукты** поставляют организму кальций. Взрослые люди должны потреблять 600 мг кальция в день. Такое количество содержится в двух стаканах молока (йогурта, кефира), в двух ломтиках сыра или в горсти миндаля.

Во время беременности потребность в кальции возрастает до 1000 мг, потому что он необходим для развития ребенка. Так что пейте молоко, а еще лучше - низкокалорийные йогурты.

• **Абрикосы и все прочие фрукты** оранжевого или красного цвета, а также морковь, помидоры, красный перец богаты каротином (витамином А). Он отвечает за красоту вашей кожи. Только для этого вы должны в день съедать 100 г абрикосов или 50 г моркови (красного перца). И еще столько же для будущего ребенка. Витамины этих продуктов пригодятся для развития многих его органов, например, сердца и глазного яблока.

"Женские дела"

БЕРЕМЕННЫМ НАДО СЛЕДИТЬ ЗА КОЖЕЙ

ОТ ТРЕЩИН ПОМОГУТ ПРИМОЧКИ ИЗ ТРАВ

Будущих мам часто огорчают неприятные изменения, происходящие с кожей во время беременности. Но если правильно ухаживать за ней, этого можно избежать. Поэтому прислушайтесь к нашим советам.

СПЕЦИАЛЬНОЕ БЕЛЬЕ

Прежде всего необходимо ежедневно принимать прохладный душ, растирая тело жесткой мочалкой. После мытья два-три раза в неделю смазывайте тело питательным кремом с витамином А. Не забывайте о белье, специально предназначенном для беременных. Начните носить поддерживающий грудь бюстгальтер из натуральных тканей и бандаж, поддерживающий живот и не позволяющий коже растягиваться. Чтобы снять дополнительные нагрузки с ног, носите утягивающие колготы. В последние месяцы беременности обычно резко увеличивается потливость. Если водные процедуры не спасают, то попробуйте протирать кожу под грудью и подмышками отваром дубовой коры (10 г залейте стаканом холодной воды, прокипятите и процедите). Если опрелости не заживают, сделайте примочки из морковного сока.

"Отдохни"

ПСИХО ТЕСТ

ЛЕГКО ЛИ ВАС ИСПУГАТЬ?

Кого-то может испугать неожиданный шум. Других приводит в беспокойство непогода. Многие находятся под страхом неожиданных перемен...

1 Вы одна дома (фото 1) и вдруг слышите подозрительный шорох. Что делать?

А Я сразу пойду посмотрю, что там
В Ничего страшного
С Я вспомню о телефоне

2 Идя по темной улице, вы чувствуете, что за вами кто-то следует. Как вы поступите?

А Отойду в сторону и пропущу человека вперед
В Ускорю шаг
С Забегу в кафе.

3 Говорят: к утру пауки приносят горести и заботы. Верите ли вы в эту примету (фото 2)?

А Да, это уже не раз подтверждалось
В Какая чушь!
С Если это соответствует моему настроению.

4 Вам предстоит очередное обследование у врача. Что вы чувствуете перед этим?

А Очень боюсь, что он меня огорчит
В Ничего, чему быть, того не миновать
С Я охотно общаюсь со своим врачом.

5 Привлекла бы вас возможность совершить многодневное путешествие по Гималаям (фото 3)?

А Я бы охотнее провела время на пляже
В хорошей компании — всегда "за"
С Мне это кажется слишком опасным.

6 Закончите следующее предложение: Перед тем как пойти спать...

А Я проанализирую прожитый день
В Проверю замки
С Понадеюсь, что мне не приснятся кошмары.

7 Как вы реагируете на известие, что потерпел крушение самолет (фото 4)?

А Радуюсь, что меня в нем не было
В Думаю о жертвах
С Мне становится не по себе.

КЛЮЧ К ПСИХОТЕСТУ

	1	2	3	4	5	6	7
А	2	1	3	3	2	2	3
В	1	3	1	2	1	3	1
С	3	2	2	1	3	1	2

Суммируйте баллы своих ответов:

7-11

Вы предпочитаете видеть жизнь с ее лучшей стороны, и никто и ничто не в силах внушить вам страх. Но не забывайте: некоторая настороженность в жизни поможет вам быстрее распознать трудную ситуацию и предотвратить недоброе.

12-16

Вы легко контролируете свои страхи и воспринимаете большинство вещей спокойно. Поэтому многие, испытывая волнение, ищут у вас совета и защиты.

17-21

Порой вы действуете чрезмерно осторожно, потому что очень легко поддаетесь чувству испуга. Попытайтесь установить, в какие моменты вами овладевает и неуверенность. Знание этого поможет вам в будущем справляться с пугающими вас ситуациями.

"Лиза"

ГАЗЕТА РАССЛАБЛЯЕТ ПРЯМУЮ КИШКУ

К преждевременным заболеваниям желудочно-кишечного тракта приводит чтение во время еды, считают гастроэнтерологи. Неспроста в "Собачьем сердце" булгаковский персонаж профессор Преображенский умолял своего ассистента не читать за обедом большевистских газет, поскольку личные наблюдения говорили о понижении коленных рефлексов и угнетении состояния духа. Времена сейчас изменились. Но независимо от политической ориентации прессы медики по-прежнему не рекомендуют совмещать эти два процесса в один.

Замечено, что усиленная умственная деятельность во время еды ослабляет эффективность работы вкусовых рецепторов, желез, нарушает условия выделения желудочного сока и переваривания пищи.

В то же время чтение прессы, как правило, расслабляет мышцы прямой кишки, нормализует процесс ее опорожнения. 75 процентов респондентов утверждают, что чтение способствует отходу ко сну, успокаивает во время поездки в общественном транспорте и тем самым помогает подготовить себя к интенсивной работе в течение дня. Да мало ли плюсов и минусов в смешении процессов и функций человеческого организма?

Некоторые молодые люди утверждают, например, что, отвлекая себя чтением, можно значительно оттянуть завершение любовной страсти. А часть "гурманов" не расстаются с книгой даже в ванной, что позволяет им либо расслабиться, либо наоборот – сосредоточиться, кому как.

"Аиф. Здоровье"

ИСТИНА В ЛИЦЕ

Еще древние китайские ученые по ширине лба и подбородка, его форме и т.д. различали восемь основных типов лица. Эта классификация позволит вам лучше оценить не только ваших знакомых, но и познать самого себя.

Итак, взгляните на интересующее вас лицо: каковы очертания его отдельных частей - округлые, угловатые или квадратные?

ЛИЦО ЛУНЫ

Нередко люди с круглой, как мяч, головой остаются недооцененными. А их дружелюбное и широкое лицо, напоминающее полную луну, вызывает у собеседника предположение, что перед ним наивный человек. Однако это не так. Эти люди умны, как правило, хорошие коммерсанты, обходительны в общении. В молодости они часто и охотно меняют интересы, а чуть позже - партнеров.

когда другие еще и не помышляют о перемирии. Чрезвычайно активны и деятельны, надежны, так что без особых опасений им можно доверить крупные суммы денег. В личной жизни стремятся быть такими же, как и в профессиональной: *господствовать над окружением*. Но в споре могут быть неприятны.

ЛИЦО СТЕНЫ

Широкоскулое лицо с округлым подбородком. Претворять в жизнь такие люди предпочитают исключительно сей-

...ствие по Гималаям (фото 3)?

А Я бы охотнее провела время на пляже В хорошей компании — всегда "за"

С Мне это кажется слишком опасным.

...рожно, потому что очень легко поддаетесь чувству испуга. Попытайтесь установить, в какие моменты вами овладевает и неуверенность. Знание этого поможет вам в будущем справляться с пугающими вас ситуациями.

"Лиза"

...чтением, можно значительно оттянуть завершение любовной страсти. А часть "гурманов" не расстаются с книгой даже в ванной, что позволяет им либо расслабиться, либо наоборот – сосредоточиться, кому как.

"Аиф. Здоровье"

ИСТИНА В ЛИЦЕ

Еще древние китайские ученые по ширине лба и подбородка, его форме и т.д. различали восемь основных типов лица. Эта классификация позволит вам лучше оценить не только ваших знакомых, но и познать самого себя. Итак, взгляните на интересующее вас лицо: каковы очертания его отдельных частей - округлые, угловатые или квадратные? Какие доминируют?

ЛИЦО ЛУНЫ

Нередко люди с круглой, как мяч, головой остаются недооцененными. А их дружелюбное и широкое лицо, напоминающее полную луну, вызывает у собеседника предположение, что перед ним наивный человек. Однако это не так. Эти люди умны, как правило, хорошие коммерсанты, обходительны в общении. В молодости они часто и охотно меняют интересы, а чуть позже - партнеров. Они немного беззаботны; конфликты очень редко выводят их из себя.

С возрастом люди с лицом Луны становятся более покладистыми и добродушными. Негативный побочный эффект: многие из них склонны к полноте.

ЛИЦО МЕТАЛЛА

Видя перед собой угловатое лицо, китайские психологи думают о металле, считающемся на Востоке основополагающим элементом. Его не так легко согнуть, а тем более сломать. Главные качества людей с этим типом лица: прямолинейность, последовательность, твердость характера. Обладая ярко выраженным чувством справедливости, они со всей страстью выступают в защиту своих убеждений. У них скромный взгляд, но прагматичные поступки. Что, впрочем, не означает, что люди этого типа лица видны насквозь. Они превосходно умеют скрывать свои чувства за видимой строгостью характера, Преуспевают в политике, банковском деле, юриспруденции.

ЛИЦО НЕФРИТА

Люди с грациозными, изящными чертами лица притягивают собеседника, иногда производят впечатление таинственности, а иногда кажутся даже зловещими. Дело в том, что за их мягкой внешностью, чувствительностью и ранимостью кроются стойкость духа и упорство. Их детство и юность часто бывают нелегкими, что потом укрепляет их желание победы и реализации собственных желаний. Оптимистично настроенные, они обладают прирожденным инстинктом охотника, который даже в случае поражения позволяет им, как ваньке-встаньке, вновь подняться на ноги. Иногда чрезмерная восторженность заставляет их стрелять мимо цели, что наделе выражается в необдуманных поступках и бестактных замечаниях. Люди с нефритовым типом лица нередко поднимаются на высшие ступени социальной лестницы. Они обладают особым чутьем к сверхъестественному и творческому.

КОРОЛЕВСКОЕ ЛИЦО

Людям с пропорциональными чертами лица, кажется, в жизни все удается. Они почти магически притягивают к себе других людей. Однако именно их прирожденные качества руководителя нередко мешают им завязать настоящие дружеские отношения. Как следствие, их окружает поддакивающая толпа якобы единомышленников, а сами они жалуются, что вокруг них все пусто. Изменить ситуацию могут лишь они сами.

ЛИЦО ОГНЯ

Тот, кого мы называем "яйцеголовым", наделен энергией, честолюбием и чувствительностью. Карьера таких людей часто начинается очень рано. В своем честолюбии они бывают ослеплены внешними образами и, как следствие, обретают совсем не тех друзей. И в личной жизни им попадаются (если попадаются вообще) исключительно не те партнеры. Очень медленно они учатся познавать самих себя, но потом способны принимать мудрые решения.

ЛИЦО ЗЕМЛИ

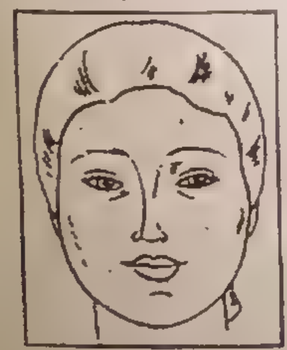
Широкий подбородок, чуть уже лоб. Людям этого типа удается добиться успеха и крепко удерживать власть. У них для этого наилучшие предпосылки: талант смиренно выжидать наиболее благоприятный момент. Они обходят стороной острые конфликты и готовы пойти на благоразумный компромисс, когда другие еще и не помышляют о перемирии Чрезвычайно активны и деятельны, надежны, так что без особых опасений им можно доверить крупные суммы денег. В личной жизни стремятся быть такими же, как и в профессиональной: господствовать над окружением. Но в споре могут быть неприятны.

ЛИЦО СТЕНЫ

Широкоскулое лицо с округлым подбородком. Претворять в жизнь такие люди предпочитают исключительно собственные идеи. С трудом поддаются на уговоры и в гневе не особенно церемонятся с окружающими. Нелегки в обиходе. Единственное преимущество: им не требуется подбадривания для развития собственной личности. С годами люди этого типа становятся известными мудрыми старцами.

ЛИЦО ВОДЫ

Лицо с угловатым подбородком и широким лбом: его формы напоминают кадку, которую можно многим наполнить. Водой, например, а в переносном смысле слова - знаниями. И действительно, люди этого типа необычно восприимчивы ко всевозможным знаниям. Из них получаются превосходные ведущие ток-шоу и университетские ученые. Они быстро воспламеняются, в том числе и в любви. Люди с лицом Воды порою не могут различить огненную вспышку эмоций и настоящий огонь чувств и со всей присущей им страстью отдаются самым невероятным аферам. Они часто и легко знакомятся с новыми людьми, у них много друзей, тем не менее нередко они чувствуют себя непонятыми и одинокими.



Лицо Луны: округлые контуры. Губы, нос и линия глаз обычно также бывают округлой формы.

Лицо Металла: угловатые контуры. Очертания щек и подбородка сильно выражены.

Лицо Нефрита: узкое лицо с тонкими чертами и равномерно заостряющимся подбородком.

Королевское лицо: все части лица выражены равно, без доминации.

Лицо Огня: удлиненное лицо с широким лбом и узким подбородком.

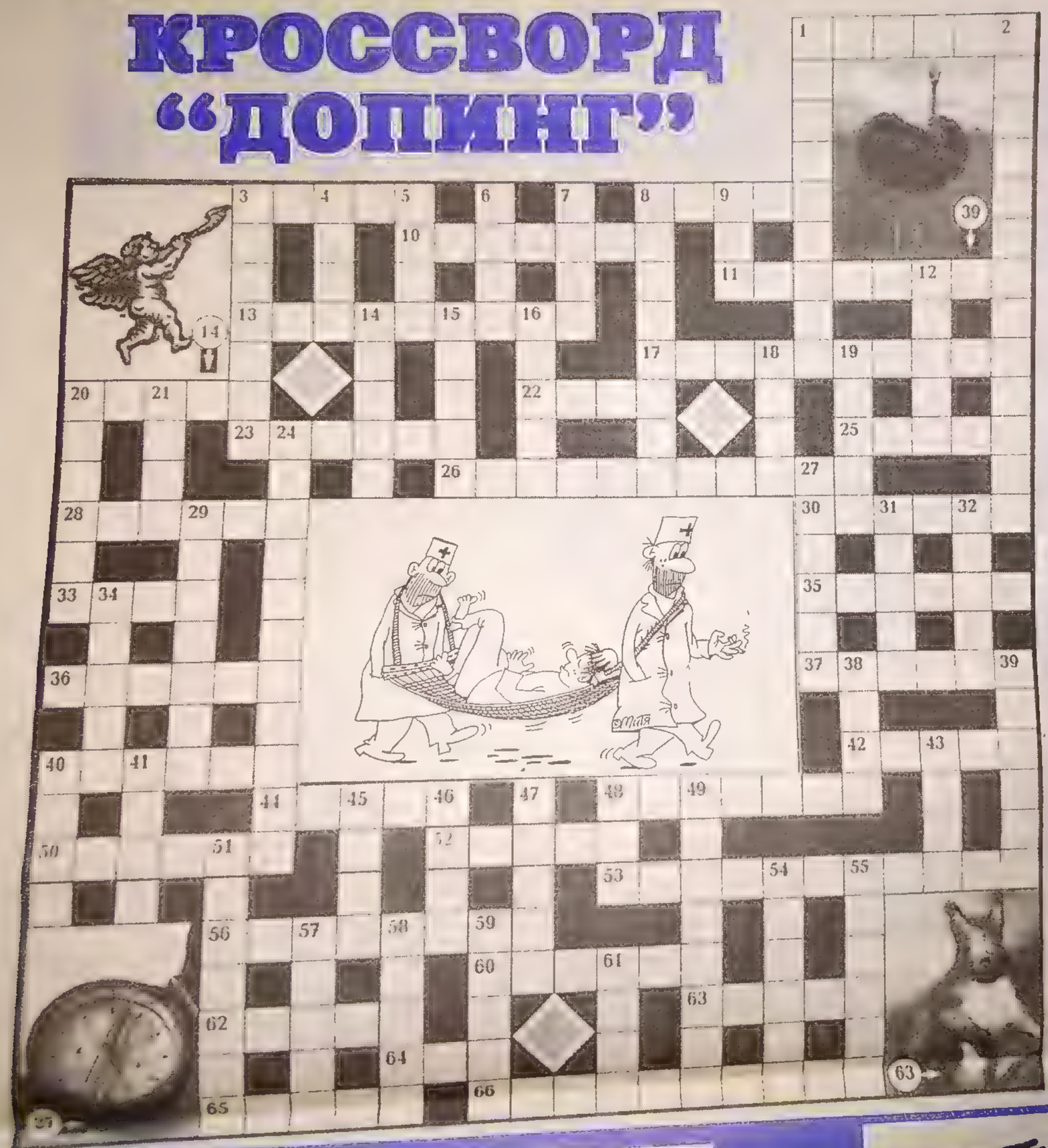
Лицо Земли: лоб по отношению к подбородку немного уже.

Лицо Стены: широкоскулое лицо с округлым подбородком.

Лицо Воды: широкие лоб и очертания щек, подбородок чуть уже и более округлый.

"Тайная власть"

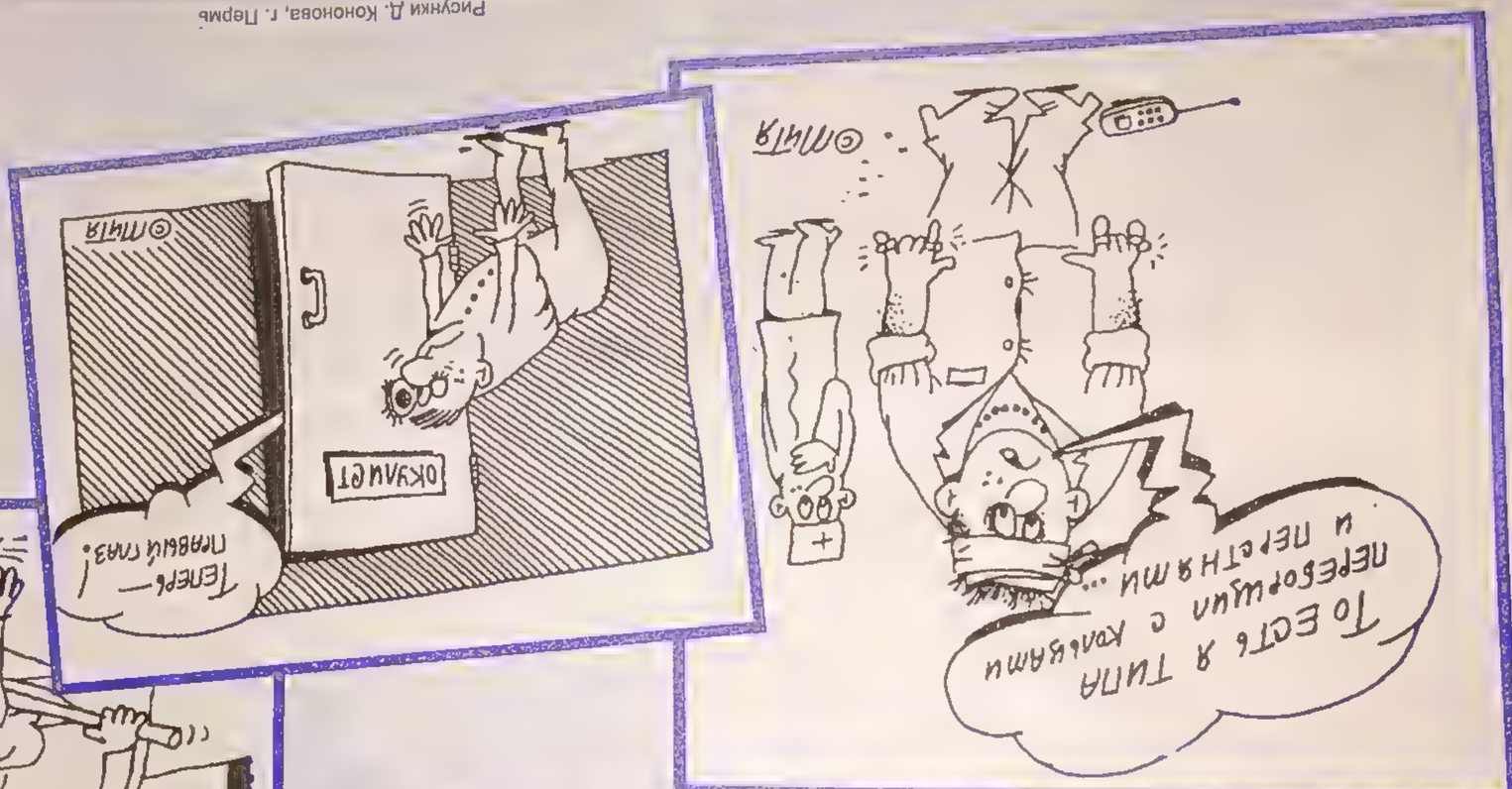
КРОССВОРД "ДОПИНГ"

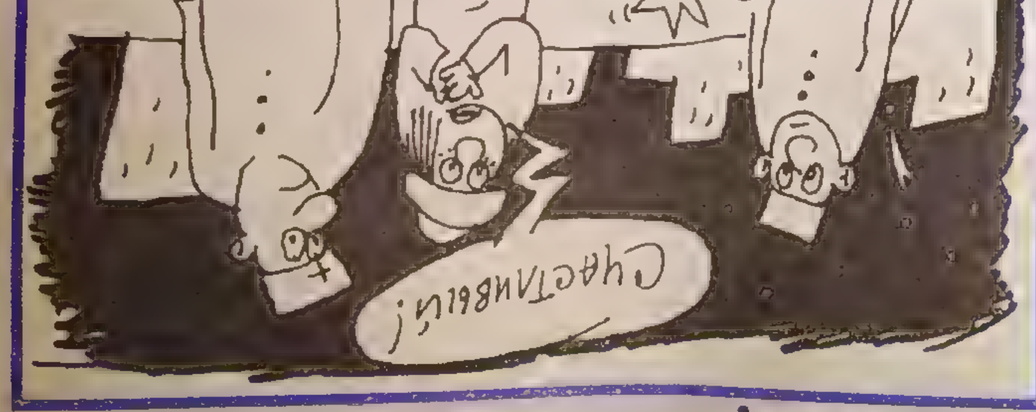


По горизонтали: 1. Нервная перегрузка. 3. Часть организма, тщательно оберегаемая певцом. 8. Декоративная ваза для цветочного горшка. 10. Московский аэропорт. 11. Специалист по душевным расстройствам. 13. Место удаления от мирской суеты. 17. Жилищное или дачное сообщество. 20. Игривая деталь дамской прически. 22. Шелковая ткань с переливами. 23. Изобретатель динамита и учредитель престижных премий. 25. Птица с женским лицом и грудью из славянской мифологии. 26. Быстрая смена впечатлений и событий. 28. Средство, искусственно повышающее спортивный результат. 30. Мотор человеческого организма. 33. Пестрая птица с веером на голове. 35. Двенадцать. 36. Исследование состава крови. 37. Прибор, выручающий путника в лесу. 40. Период метания икры. 42. Настоятель католического монастыря. 44. Разнузданное пиршество. 48. Специалистка, предсказывающая далекую судьбу недалеким людям. 50. Произведение, остающееся в веках. 52. Витамины в виде конфеток. 53. Знаменитый средневековый предсказатель. 56. Болезнь глаз. 60. Небольшое отверстие для света. 62. Поток воздуха, который без толку ищут в поле. 63. Зверек, поддерживающий форму бегом в колесе. 64. Хвойная родственница кипариса. 65. Знатный оруженосец при великом князе. 66. Сестра-хозяйка в больнице, выдающая белье.

По вертикали: 1. Драгоценность, дорогая вещь. 2. Искусное изображение несуществующих болезней. 3. Пушкинский персонаж, потерявший рассудок при виде "дамы". 4. Крупная река в Германии. 5. Злак, идущий на приготовление полезной для здоровья каши. 6. Человеческий орган, укладываемый на полку. 7. Распространенная детская болезнь. 8. Цыганская профессия. 9. Телохранитель розы. 12. Английский король, собиравший рыцарей за круглым столом. 14. Крылатый посредник между Богом и людьми. 15. Слоистый минерал, употребляемый в медицине. 16. Основатель Рима, вскормленный волчицей. 18. Мастер ажурного плетения. 19. Литературный отец знаменитого фантазера Мюнхгаузена. 20. Гениальный советский физик. 21. Заболевание, которое бывает как истинным, так и ложным. 24. Устроитель мероприятий. 27. Чувство, остающееся после неприятного разговора. 29. Вещь, готовая к употреблению или продаже. 31. Распорядок дня в санатории. 32. Болезнь, чреватая выпадением зубов. 34. Итальянский поэт, проведший читателей по всем кругам ада. 38. Карантинная болезнь, портящая лицо. 39. Птица, которая в стрессовой ситуации прячет голову в песок. 40. Углубление в стене для украшений. 41. Процесс появления младенца на свет. 43. Сушеный виноград. 45. Духовный наставник на Востоке. 46. Содержимое ореха. 47. Временная постройка. 48. Единица наследственного материала. 49. Легкоатлет-метатель. 51. Словесное взыскание за проступок. 54. Название самолета позаимствованное у А.С. Пушкина. 55. Отчетная часть месяца. 57. Старинная трехкопеечная монета. 58. Тетрадь для записи истории болезни. 59. Морской волк. 61. Состав сотрудников учреждения.

Мед в рисунках





Ответы

По горизонтали: 1. Стресс. 3. Горло. 8. Кашло. 10. "Внуково". 11. Психиатр. 13. Монастырь. 17. Кооператив. 20. Локон. 22. Муар. 23. Нобель. 25. Сирин. 26. Калейдоскоп. 28. Допинг. 30. Сердце. 33. Удод. 35. Дюжина. 36. Анализ. 37. Компас. 40. Нерест. 42. Приор. 44. Оргия. 48. Гадалка. 50. Шедевр. 52. Драже. 53. Нострадамус. 56. Глаукома. 60. Окошко. 62. Ветер. 63. Белка. 64. Туя. 65. Рында. 66. Кастелянша.

По вертикали: 1. Сокровище. 2. Симулирование. 3. Германн. 4. Рейн. 5. Овес. 6. Зубы. 7. Корь. 8. Конокрад. 9. Шип. 12. Артур. 14. Ангел. 15. Тальк. 16. Ромул. 18. Паук. 19. Распе. 20. Ландау. 21. Круп. 24. Организатор. 27. Осадок. 29. Изделие. 31. Режим. 32. Цинга. 34. Данте. 38. Оспа. 39. Страус. 40. Ниша. 41. Роды. 43. Изюм. 45. Гуру. 46. Ядро. 47. Барак. 48. Ген. 49. "Дискобол". 51. Выговор. 54. "Руслан". 55. Декада. 57. Алтын. 58. Карта. 59. Моряк. 61. Штат.

Рисунки Д. Кононова, г. Пермь

Учредитель - ЗАО "Аффолита"
Главный редактор: Р.Ф. Калиров.
Выпускающий редактор: Г. И. Старкова
Компьютерная верстка и дизайн:
Н. Кузьмина
Отпечатано на Ижевском
полиграфкомбинате

Цена свободная. Тираж 15 000 экз.
Номер подписан в печать 8.12.2000
Газета зарегистрирована в Комитете
по печати РФ, г. Москва.
Рег.№ ПИ 77-1354 от 10.12.99
Выходит 2 раза в месяц
Заказ № 2266

Адрес редакции: г. Ижевск, ул.Красноармейская, 127,
Дом быта, 5-й этаж.
Адрес для писем:
426028 г. Ижевск, а/я 1530.
Тел. редакции: 51-24-58.
E-mail: postmaster@sgazeta.udm.ru

Приложение к "Сгуборгеи газете".
В номере использованы материалы
изданий: "Аиф. Здоровье", "Здоровье",
"Лиза", "Тайная власть", "Дрофиль",
"Отдохни", материалы Интернет-почты
и ИТАР-ТАСС.

Издается с 31 октября 1996 г.

КРУГЛЫЙ ГОД

ДОМ, САД, ОГОРОД

Газета для дачников

№ 11 (14)


НОЖНО С ЛЮБОГО
В ЛЮБОМ ОТДЕЛЕНИИ СВЯЗИ
В НОМЕРЕ:
Дела сезонные
«По майскому графику» (неотложные работы в саду, огороде, у дома).
стр. 2
Спорное мясо
Грибы. «Чтобы нет спор не возникало спора».
Урожайные грядки
стр. 3
Зеленая аптека
«Пустырник куст - не пустырь. О расторопше растопыре.
стр. 6
Живой уголок
Домашняя ферма: «Крольчатник». «Нутрии - новинка». О лошадке и кролике Лютике.
стр. 7
Нам пишут
Уважаемая редакция!
Живем в ... человеческ... своей гумаг... рассказать читателям об удивительно целебном и сказочно красивом растороп... растороп...ше. Это именно и ее семян сделаны известные всему миру болгарские таблетки - карсил. Она также является сильнейшим противоядием при грибных отравлениях. И если таблетки не всем по карману, то теперь это растение можно вырастить своими руками. Высылаю вам свой рассказ о ней.
Пусть торопится на помощь человеку расторопша - подарок Девы Марии - и принесет всем радость, надежду и здоровье!
С уважением
Климова Ольга Викторовна
От РЕДАКЦИИ. Уважаемая Ольга Викторовна! Сегодня на 6-й странице «КГ» мы опубликуем вашу заметку о растении, которое приносит исцеление. Спасибо вам за ... послание, ... телям ... Ждем от вас новых вестей. Мы будем признательны всем, кто подобно О.В. Климовой владеет секретами делать людям добро, отзовется на ее призывы ... делиться своими мыслями. Только в общении люди обретают уверенность в своих силах.

Экспресс-консультация

Право собственности

Где можно узнать стоимость переоформления права собственности на землю, полученную по наследству?

Д. Киреева, Светлоград

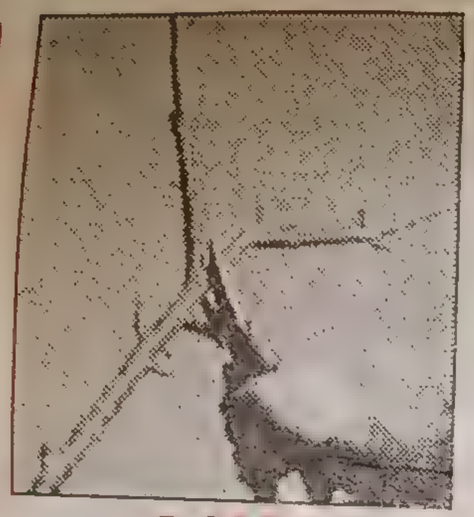
Для оформления права собственности на землю нужно получить свидетельство о праве на наследство у нотариуса, за которое взимается государственная пошлина в размере 1% от стоимости имущества, переходящего наследникам первой очереди (супругам, детям, родителям), и 2% - другим наследникам. Размеры государственной пошлины, взимаемой нотариусом, установлены Законом РФ «О внесении изменений и дополнений в Закон РФ «О государственной пошлине» от 31 декабря 1995 года.

В земельном комитете за регистрацию передачи права на недвижимость и выдачу нового свидетельства взимается регистрационный сбор в сумме установленного законом минимального месячного размера оплаты труда в соответствии с Положением о регистрационных сборах, взимаемых при регистрации прав на земельные участки и прочно связанную с ними недвижимость.

Как избавиться от «цветухи»?

На моем участке в прошлом году у белокочанной капусты плотный кочан почему-то не образовался. Вместо него были лишь стебли и цветы. Как избавиться от «цветухи»?

Е. Мануйлова,



В САДУ

ОБРЕЗКА СЛИВЫ

ВАШИ вполне конкретные растения всегда перед вами. Смотрите на их состояние и сами принимайте решения.

Ориентиры для этого следующие.

Если ветви вырастают очень длинными, а снизу еще и оголяются, значит, надо было сильнее укорачивать их. Учтите на будущее.

Если крона постоянно загущается, оставьте укорачивание ветвей, займитесь больше прореживанием.

Если рост ветвей умеренный и крона особо не загущается, соответственно, можете обойтись легким прореживанием, а укорачивайте только однолетние ветви, длина которых более 50-60 см.

Волчки вырезайте на кольцо, если у них явно нет перспективы роста и если они не понадобятся для замены больных, старых, подмороженных или с другими дефектами ветвей. Можете отогнуть в свободное место в кроне или сформировать обрастающую ветвь.

Вздумаете ограничить рост деревьев в высоту или снизить крону, поступайте так, как будто это яблони. Только обрезка должна быть чуть слабее.

Обилие корневой поросли у

ПО МАЙСКОМУ ГРАФИКУ

При вырезке ветвей на кольцо не оставляйте пеньков. Они будут высыхать, потом загнивать. Не наносите на стволе и крупных ветвях 2-3 раны на одном уровне - вышерасположенная часть ветви или дерева может усохнуть. Поэтому если возникла необходимость в такой обрезке, то одну ветвь вырежьте на кольцо, а другую (или несколько) обрежьте на какую-нибудь слабенькую веточку.

Не лазайте по дереву. Не раздавливайте и не сдирайте кору на ветвях. Если деревья высокие, используйте сучкорезы, воздушные секаторы, столы-скамейки, лестницы. Без толку не топчитесь вокруг дерева, а то уплотните почву так, что корни окажутся без воды и воздуха.

И наконец, помните: все раны, кроме мелких (1-1,5 см в диаметре), обязательно защитите от высыхания и проникновения инфекции. Используйте для этого садовый вар. Если его не окажется под рукой, можете покрыть рану лаком на натуральной олифе, суриком или пластилином.

Очень шероховатую поверхность срезов, сделанных пилкой, загладьте острым ножом или (при большой ране) стамеской. Если пилка острая, то срезы перед замазкой можете не зачищать. Достаточно смахнуть опилки. Не закругляйте раны, не обрезайте по краям их кору. Накладывайте вар или краску тонким ровным слоем. И делайте это сразу же после завершения обрезки.

ПОРА ПЕРЕСАДОК

Если дерево надломилось, не спешите с корчевкой. Распрямите его осторожно, но твердо, поставьте рядом колышек и подвяжите.

Поправьте у молодых посадок опоры, у малины натяните шпалеру.

Для кустов смородины соорудите что-то вроде оградки. Будет удобно и вам, и ветвям.

Пересадите растения, которые оказались не на месте. Самая хо-

В ОГОРОДЕ

СЕМЕНА И ОРИЕНТИРЫ

Петрушка имеет мелкие и туговсхожие (на 12-20-й день) семена. Перед посевом их промывают в горячей воде или опускают на 3 часа в воду (35-40°). Чтобы ускорить прорастание, замачивают на 2-3 суток во влажной тряпочке, подсушивают, смешивают с песком и высевают.

Укроп прорастает на 8-15 день. Семена промывают в горячей воде и сеют сухими или замоченными 2-3 дня в воде (меняют воду). Перед посевом подсушивают.

Овощную фасоль и огородные бобы тщательно осматривают: нет ли повреждений. Отбирают крупные, здоровые. Замачивают в теплой воде сутки (в посуде семена размещают в один слой). Можно их прорастить.

Кресс-салат, пекинскую капусту, листовую салатную горчицу, салат сеют сухими семенами непосредственно в грунт.

А теперь несколько слов конкретно о растениях-ориентирах, встречающихся в вашем саду или неподалеку от него, с помощью которых можно довольно уверенно определить время посева или посадки овощных культур. Как только лещина (лесной орех) покроется пушистыми соцветиями, можно начинать высевать некоторые овощи и цветы в открытый грунт. Наиболее подходящая для этого культура в первую очередь - шпинат. Высевают на утепленную грядку и редис. Для цветоводов рекомендуется высев холодостойких васильков, ноготков и мака.

При зацветании крокусов можно без опаски сеять лук-порей, шнитт-лук, а также цветы алиссум и дельфиниум. Спустя несколько дней приходит черед моркови и петрушки. Цветение повсюду распространенных нарциссов предлагает овощеводу позаботиться о посеве салата

У ДОМА

ТЕНИСТЫЙ СЕВЕР

В северной части участка, в тени дома свои условия: влаги в почве вроде бы достаточно, а света мало. Здесь всегда прохладно, да еще и сквознячок. Но не пропадать же почти половине сотки! Поэтому дали ей возможность зарасти травами, которых удовлетворяли местные микроусловия, - в основном это спорыш, подорожник, мятлик.

Со смещением к западной границе на этой лужайке подготовим почву в прямоугольнике 5х1,8 м.

По северной стороне высадим три сливы (можно сладкоплодные формы рябины), по центру четыре куста крыжовника, по периметру высеваем календулу (без особого успеха), гелихризум (удовлетворительно), высадим белокочанную капусту, но не для получения кочанов, а, скорее, для украшения участка - с широкими

переходит в первой очереди (2% - другим родителям), и 2% - другим наследникам. Размеры государственной пошлины, взимаемой нотариусом, установлены Законом РФ «О внесении изменений и дополнений в Закон РФ «О государственной пошлине» от 31 декабря 1995 года.

В земельном комитете за регистрацию передачи права на недвижимость и выдачу нового свидетельства взимается регистрационный сбор в сумме установленного законом минимального месячного размера оплаты труда в соответствии с Положением о регистрационных сборах, взимаемых при регистрации прав на земельные участки и прочно связанную с ними недвижимость.

Как избавиться от «цветухи»?

На моем участке в прошлом году у блокочанной капусты главный кочан почему-то не образовался. Вместо него были лишь стебли и цветы. Как избавиться от «цветухи»?

Е. Мануйлова, Певиномысск

Ученые якутского филиала Института биологии приготовили препарат, который стимулирует кочанообразование. Оказывается, чтобы рассада хорошо прижилась, быстрее вступила в фазу кочанообразования и не растрескивалась, нужно подготовленные к посеву семена подержать в течение 16 часов в растворе аскорбиновой кислоты (0,1 г кислоты на 1 л воды). При этом семена каждый час осторожно помешивают. Затем раствор сливают и семена высевают на прорастание.

стояние и сами принимать решения.

Ориентиры для этого следующие.

Если ветви вырастают очень длинными, а снизу еще и оголяются, значит, надо было сильнее укорачивать их. Учтите на будущее.

Если крона постоянно загущается, оставьте укорачивание ветвей, займитесь больше прореживанием.

Если рост ветвей умеренный и крона особо не загущается, соответственно, можете ограничиться легким прореживанием, а укорачивайте только однолетние ветви, длина которых более 50-60 см.

Волчки вырезайте на кольцо, если у них явно нет перспективы роста и если они не понадобятся для замены больных, старых, подмороженных или с другими дефектами ветвей. Можете отогнуть в свободное место в кроне или сформировать обрастающую ветвь.

Вздумаете ограничить рост деревьев в высоту или снизить крону, поступайте так, как будто это яблони. Только обрезка должна быть чуть слабее.

Обилие корневой поросли у сливы дело обычное. Удаляйте ее по мере появления. Можете выкапывать и использовать в качестве подвоев, а если деревья корнесобственные - в качестве посадочного материала

ИНСТРУМЕНТ

ПОЛЬЗУЙТЕСЬ острым, исправным инструментом. Срезы должны быть гладкими, чистыми, ровными, без задиров коры и расщеплений древесины.

ции. Используйте для этого садовый вар. Если его не окажется под рукой, можете покрыть рану лаком на натуральной олифе, суриком или пластилином.

Очень шероховатую поверхность срезов, сделанных пилкой, загладьте острым ножом или (при большой ране) стамеской. Если пилка острая, то срезы перед замазкой можете не зачищать. Достаточно смахнуть опилки. Не закругляйте раны, не обрезайте по краям их кору. Накладывайте вар или краску тонким ровным слоем. И делайте это сразу же после завершения обрезки.

ПОРА ПЕРЕСАДОК

Если дерево надломилось, не спешите с корчевкой. Распрямите его осторожно, но твердо, поставьте рядом колышек и подвяжите.

Поправьте у молодых посадок опоры, у малины натяните шпалеру.

Для кустов смородины соорудите что-то вроде оградки: будет удобно и вам, и ветвям.

Пересадите растения, которые оказались не на месте. Самая хорошая пора. Небольшие саженцы сразу выкопайте с комом земли и перенесите в подготовленную заранее ямку.

Вокруг крупного растения выкопайте канавку на 60 см от шамба, подрубите корни снизу. Обмотайте ком мешковиной, чтобы не рассыпался. Осторожно выньте и перенесите к новому месту посадки. Уплотните вокруг кома землю, полейте, замульчируйте. Укрепите растяжками, чтобы не раскачивал ветер. Все лето обильно поливайте, в сухую погоду - каждую неделю

ют крупные, здоровые. Замачивают в теплой воде сутки (в посуде семена размещают в один слой). Можно их прорастить.

Кресс-салат, пекинскую капусту, листовую салатную горчицу, салат сеют сухими семенами непосредственно в грунт.

А теперь несколько слов конкретно о растениях-ориентирах, встречающихся в вашем саду или неподалеку от него, с помощью которых можно довольно уверенно определить время посева или посадки овощных культур. Как только лещина (лесной орех) покроется пушистыми соцветиями, можно начинать высевать некоторые овощи и цветы в открытый грунт. Наиболее подходящая для этого культура в первую очередь - шпинат. В [illegible] на утепленные грядки и редис. Для цветоводов рекомендуется высев холодостойких васильков, ноготков и мака.

При зацветании крокусов можно без опаски сеять лук-порей, шнитт-лук, а также цветы алиссум и дельфиниум. Спустя несколько дней приходит черед моркови и петрушки. Цветение повсюду распространенных нарциссов предлагает овощеводу позаботиться о посеве салата, ранней редьки, высадке в почву рассады кольраби и савойской капусты. И опять же через несколько дней можно высевать горох, свеклу, высаживать белокочанную и цветную капусту.

После распускания вишни высевают укроп и чабер, при зацветании каштана - фасоль и летние сорта редиса и редьки, при зацветании сирени - летний кочанный салат и чуть позже - ранние огурцы. Цветение калины и образование бутонов у пионов служат сигналом для высева поздних огурцов и сахарной кукурузы.

У ДОМА

ТЕНИСТЫЙ СЕВЕР

В северной части участка, в тени дома свои условия: влаги в почве вроде бы достаточно, а света мало. Здесь всегда прохладно, да еще и сквознячок. Но не пропадать же почти половине сотки! Поэтому дали ей возможность зарасти травами, которых удовлетворяли местные микроусловия, - в основном это спорыш, подорожник, мятлик.

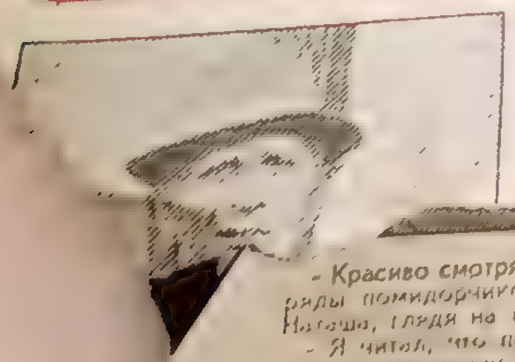
Со смещением к западной границе на этой лужайке подготовим почву в прямоугольнике 5х1,8 м.

По северной стороне высадим три сливы (можно сладкоплодные формы рябины), по центру четыре куста крыжовника, по периметру высеваем календулу (без особого успеха), гелихризум (удовлетворительно), высадим белокочанную капусту, но не для получения кочанов, а, скорее, для украшения участка - с широкими сизыми распластанными листьями - оформление, кстати, довольно удачное.

Что получим в итоге? Во-первых, зеленую в течение всего лета лужайку, во-вторых, оригинальное декоративное пятно из капустных листьев, в-третьих, обильно цветущие рано весной сливы или в конце мая рябины. Потом для крыжовника приходит время изумлять своим видом и урожаем (ягоды мелкие, но их очень много, от розовых до темно-красных), наконец, какая прелесть - плакучие кроны слив с матово-синими плодами.

Школа бывалого дачника Евгения Доброва

ЧЕСНОК СПАСЕТ ТОМАТЫ



- Красиво смотрятся шпалерные ряды помидорчиков, - любуется Наташа, глядя на мои грядки.

- Я читал, что помидоры в первой из вегетации надо удобрять, - вспоминает Василий.

- Обязательно, - соглашается Наташа. - Вот только относительно удобрения надо смотреть [illegible]. Так говорит Иван Никифорович. [illegible] если почва запрелая, [illegible] подкормки, то лучше, особенно в [illegible] подливом.

[illegible] вредителей помидоров здесь вопрос остро, значит [illegible] не стоит. Колорадский жук предпочитает баклажаны, картофель, которых на наших участках этой весной стало быть, [illegible] ет немало. Иногда появляются всевозможные слизни, против которых рекомендуют применение [illegible] пестицидов от ИНТА-ВИРА и [illegible] циса. Но на помидорах применение инсектицидов явно нежелательно. У гусениц [illegible] и личинки колорадского жука, если [illegible] ную, если [illegible] быть, чернеют на глазах, и иногда рассады могут погибнуть, значица, за несколько дней.

- Против болезней томатов имеется [illegible] достаточное количество всевозможных фунгицидов: и бордосской смеси [illegible] Наташа. Фундазол, [illegible]

Так-то оно так. Вот только применение фунгицидов [illegible] самых «безвредных» по рекламе есть яд. Тот же фундазол, [illegible] который считается [illegible]. Но, быть [illegible] свойствами, обладая [illegible] в организме человека накапливается, значица, его здоровье [illegible] печени до возраста [illegible]

Здесь забот у меня меньше. Высаживал я рассаду, значица, практически взрослую, и фитофторе она не по зубам. Она любит рассаду молоденькую. Это, стало быть, раз. Второе. Можно ведь применять в борьбе с этой заразой и фитоцидные растения.

- Об этом я читал, - соглашается Степан. - А какие из них лучше?

- Какие лучше? Перепробовал я многое и пришел к выводу, что лучше всего. Раствор для [illegible] ко растения приготовляю, [illegible] пускаю через [illegible] срываю несколько малку, предварительно [illegible] и прорубаю стебли ножом. Можно [illegible] корубку. На [illegible]

[illegible] больше распыл при опрыскивании, тем эффективность выше, а расход препарата меньше.

Да. Это так. А то часто применяют для опрыскивания веник. Надо же раствор чеснока положить фактически всплошную. А вот у меня нижних листьев практически не бывает. Об этом я говорил в прошлой беседе. Относительно нижних листьев у меня, стало быть, такое правило - при малейшем пожелтении я их обрываю. Раненьким утром. Более того, я срываю листья даже и [illegible] пожелтевшие, если они, [illegible] находятся под кистью [illegible] уже зреет первый [illegible]

- Это у тебя [illegible] имеется Степан. [illegible] Здесь, стало быть, надобно [illegible]

Е. Мануйлова,
Невинномысск

Ученые Якутского филиала Института биологии приготовили препарат, который стимулирует кочанообразование. Оказывается, чтобы рассада хорошо прижилась, быстрее вступила в фазу кочанообразования и не растрескивалась, нужно подготовленные к посеву семена подержать в течение 16 часов в растворе аскорбиновой кислоты (0,1 г кислоты на 1 л воды). При этом семена каждый час осторожно помешивают. Затем раствор сливают и семена высевают на прорастание.

Обилие корневой поросли у сливы дело обычное. Удаляйте ее по мере появления. Можете выкапывать и использовать в качестве подвоев, а если деревья корнесобственные - в качестве посадочного материала.

ИНСТРУМЕНТ

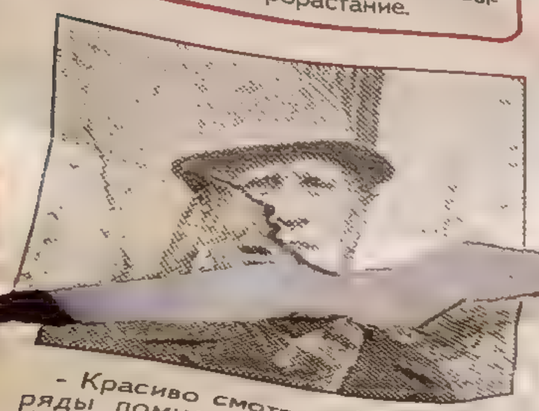
ПОЛЬЗУЙТЕСЬ острым, исправным инструментом. Срезы должны быть гладкими, чистыми, ровными, без задиров коры и расщеплений древесины.

удачное.

Что получим в итоге? Во-первых, зеленую в течение всего лета лужайку, во-вторых, оригинальное декоративное пятно из капустных листьев, в-третьих, обильно цветущие рано весной сливы или в конце мая рябины. Потом для крыжовника приходит время изумлять своим видом и урожаем (ягоды мелкие, но их очень много, от розовых до темно-красных), наконец, какая прелесть - плакучие кроны слив с матово-синими плодами.

Школа бывалого дачника «Всея Добра»

ЧЕСНОК СПАСЕТ ТОМАТЫ



- Красиво смотрятся шпалерные ряды помидорчиков, - любуется Наташа, глядя на мои грядки.

- Я читал, что помидоры в период их вегетации надо удобрять, - поясняет Василек.

- Обязательно, - соглашается Наташа. - Вот только относительно удобрения надо смотреть шире. Так говорит Иван Никифорович. Если почва заправлена осенью органическими и минеральными удобрениями хорошо, то в период вегетации от минералки можно вполне отказаться, за исключением почв малогумусовых. А вот микроудобрениями и стимуляторами роста опрыскивание желательно в виде препаратов типа гидрасол ТУ, гумат натрия или еще некоторыми. Их применение [illegible] созревание плодов, увеличивает размер, улучшает вкус и повышает общую урожайность.

Правильно рассуждает Наташа. Добавлю лишь, что если уж применять минеральные корневые подкормки, то лучше, особенно в [illegible] ных регионах - в жаркие [illegible] Стало быть, совместить такие подкормки можно и с поливом.

Что касаемо вредителей помидоров, то здесь вопрос остро, значица, не стоит. Колорадский жук предпочитает баклажаны, картофель, которых на дачах предостаточно. Так что на помидоры этот злой вражина, стало быть, залетает нечасто. Иногда появляются и всевозможные совки, против которых рекомендуют применение инсектицидов от ИНТА-ВИРа до дециса. Но на помидорах применение инсектицидов [illegible] и личинки колорадки легко собрать вручную, если фор[illegible]ровка посадок шпалерная. Ой же, вся эта пакость, как на ладони. А вот с болезнями надобно бороться практически всегда, особенно с самой заразной - фитофторой. Помните? Плод уже, стало быть, порозовел, а назавтра - почернел. Да и листья, особенно нижние, покрываются, значица, серо-бурыми пятнами с бледно-зеленым окаймлением, на стеблях появляются темно-[illegible] продолговатые пятна [illegible] зеленые плоды «украшены» бурыми пятнами. Собственно, растения, стало быть, чернеют на глазах, и иногда посадки могут погибнуть, значица, [illegible] сколько дней.

За [illegible] против [illegible] болезней томатов - Та[illegible] имеется пре[illegible]статочно [illegible] ство всевозможных фунгицидов и бордосской смеси до арциридa и фунгицидов, - поясняет Наташа.

Так-то оно так. Вот только применение фунгицидов вряд [illegible] желательно, даже, по-[illegible]ему, [illegible] есть яд. Тот, который считается, стало вредных[illegible] ядовитым, [illegible]шенно безвредным. Но, фунгицидная комулятивными свойствами, он накапливается в организме человека, подъедая, значица, его здоровье: от поражения печени до возникновения всевозможных аллергий. Но здесь есть еще одна сторона. Обращаюсь к Наташе:

- Какая задача наша? Получить ранние помидорчики. Высаживали мы рассаду уже с плодиками. Помнишь? А смотри сейчас - на каждом кусте есть уже спелые.

- Поняла, Евсей Евсеевич, - обрадованно щебечет Наташа. - Прекращают применение фунгицидов за 15-20 дней до начала сбора урожая. Значит, вашу рассаду вообще нельзя было обрабатывать фунгицидами даже при посадке. Вот так. А как же быть с фитофторозом?

Здесь забот у меня меньше. Высаживал я рассаду, значица, практически взрослую, и фитофторе она не по зубам. Она любит рассаду молоденькую. Это, стало быть, раз. Второе. Можно ведь применять в борьбе с этой заразой и фитоцидные растения.

- Об этом я читал, - соглашается Степан. - А какие из них лучше?

- Какие лучше? Перепробовал я многое и пришел к выводу, что чеснок - лучше всего. Раствор для опрыскивания приготовляю, стало быть, так. Выкапываю несколько растений чеснока, мою и пропускаю через электросоковыжималку, предварительно измельчив стебли ножом. Можно использовать и обычную мясорубку. На ведро воды требуется 100-150 граммов свежеубранного чеснока вместе со стеблями. Из-под соковыжималки сок и жмых смешиваю и настаиваю несколько часов, процеживаю через капроновый чулок, сложенный в несколько слоев, и опрыскиваю.

- Только при опрыскивании надо иметь виду вот что, - поясняет Наташа. - Опрыскивать надо тщательно все растение и особенно нижние листья, которые заболевают первыми. Чем больше распыл при опрыскивании, тем эффективность выше, а расход препарата меньше.

Да. Это так. А то часто применяют для опрыскивания веник. Надо же раствор чеснока положить фактически всплошную. А вот у меня нижних листьев практически не бывает. Об этом я говорил в прошлой беседе. Относительно нижних листьев у меня, стало быть, такое правило - при малейшем пожелтении я их обрываю. Раненьким утром. Более того, я срываю листья даже и не пожелтевшие, если они, стало быть, находятся под кистью, на которой уже зреет первый помидорчик.

- Это у тебя так, Евсей, а как же быть другим, которые посадили рассаду обычную, - сомневается Степан.

Здесь, стало быть, надобно взять за правило - начиная со срока цветения ранних сортов картофеля, проводить профилактическое опрыскивание чесноком еженедельно при влажной погоде и раз в две недели, если дождей и рос нет.

- Запомни, Степан, - поясняю, - что главным источником фитофтороза является картофель. Так что помидоры, значица, сажай подальше от картофеля и у себя, и от картофеля соседских дач.

Записал Н. Бугайченко

образование. Ока-
чтобы рассада хоро-
быстрее вступи-
каменообразования и
сохранилась, нужно под-
к посеву семена
в течение 16 часов в
аскорбиновой кисло-
кислоты на 1 л воды).
семена каждый час
помешивают. Затем
вают и семена вы-
прорастание.

дочного материала.

ИНСТРУМЕНТ

ПОЛЬЗУЙТЕСЬ острым, исправным инструментом. Срезы должны быть гладкими, чистыми, ровными, без задиров коры и расщеплений древесины.

ранее ямку.

Вокруг крупного растения выкопайте канавку на 60 см от штамба, подрубите корни снизу. Обмотайте ком мешковиной, чтобы не рассыпался. Осторожно выньте и перенесите к новому месту посадки. Уплотните вокруг кома землю, полейте, замульчируйте. Укрепите растяжками, чтобы не раскачивал ветер. Все лето обильно поливай те, в сухую погоду - каждую не-лю.

сколько ... горох, свеклу, высаживать ... кочанную и цветную капусту.

После распускания ... при зацветании каштана - ... севают укроп и чабер ... сорта редиса и - ... цветании сирени ... ный салат и ... урцы. Цв ... зование бутонов у пионов служат сигналом для высева поздних огурцов и сахарной кукурузы.

ль и летние
фдьки, при за-
летний кочан-
ть позже - ранние
ние калины и обра-

ное де
тных л
цветущи
в конце
крыжовн
изумлять
(ягоды мел
го, от роз
ных), нако
плакучие к
синими пло

Школа бывалого дачника Евсея Добро

ЧЕСНОК СПАСЕТ ТОМ

мки, то лучше, особенно в регионах, - в жилищ...

ыть, совместить такие под-
можно и с поливом.
касаемо вредителей помидо-
то здесь вопрос остро, значи-
не стоит. Колорадский жук
дпочитает баклажаны, карто-
ь, которых на дачах предоста-
но. Так что на помидоры этот
й вражина, стало быть, залета-
нечасто. Иногда появляются и
озможные совки, против кото-
рекомендуют применение ин-
дов от ИНТА-ВИРа до де-
на помидорах примене-
ктицидов явно нежела-
гусеницы совок, и личин-
дки легко собрать вруч-
ли формировка посадок
я. Они же, вся эта пакость,
они. А вот с болезнями
роться практически
но с самой заразной -
Помните? Плод уже,
озовел, а назавтра -
пистья, особенно
нами с значица,
ием, на
коричневые
даже зелены
пятна-

быть, чернеют на глазах, и иногда посадки могут погибнуть, значица, за несколько дней.

- Против болезней томатов имеется представительное количество всевозможных фунгицидов: от бордосской смеси до арцирида и фундазола, - поясняет Наташа.

Так-то оно так. Вот только применение фунгицидов вряд ли желательно, даже, по рекламе, самых «безвредных». Яд он и есть яд. Тот же фундазол, который считается, стало быть, совершенно безвредным. Но, обладая кумулятивными свойствами, он накапливается в организме человека, подъедая, значица, его здоровье: от поражения печени до возникновения всевозможных аллергий. Но здесь есть еще одна сторона. Обращаюсь к Наташе:

- Какая задача наша? Получить ранние помидорчики. Высаживали мы рассаду уже с плодиками. Понимаешь? А смотри сейчас - на каждом кусте есть уже спелые.

- Поняла, Евсей Евсеевич, - обрадованно щебечет Наташа. - Прекращают применение фунгицидов за 15-20 дней до начала сбора урожая. А значит, вашу рассаду вообще

Здесь забот у меня меньше. Высаживал я рассаду, значица, практически взрослую, и фитофторе она не по зубам. Она любит рассаду молоденькую. Это, стало быть, раз. Второе. Можно ведь применять в борьбе с этой заразой и фитоцидные растения.

- Об этом я читал, - соглашается Степан. - А какие из них лучше?

- Какие лучше? Перепробовал я многое и пришел к выводу, что чеснок - лучше всего. Раствор для опрыскивания приготовляю, стало быть, так. Выкапываю несколько растений чеснока, мою и пропускаю через электросоковыжималку, предварительно измельчив стебли ножом. Можно использовать и обычную мясорубку. На ведро воды требуется 100-150 граммов свежеубранного чеснока вместе со стеблями. Из-под соковыжималки сок и жмых смешиваю и настаиваю несколько часов, процеживаю через капроновый чулок, сложенный в несколько слоев, и опрыскиваю.

- Только при опрыскивании надо иметь в виду вот что, - поясняет Наташа. - Опрыскивать нужно все растение и

томате
тем эф
ход пре
Да. Эт
ют для
же раств
тически
нижних
вает. Об
беседе.
ев у мен
ло - при
обрываю
того, я
пожелте
находят
уже зре
- Эт
быть
саду
за
те
р

КРУГЛЫЙ ГОД

Пенсионеру и безработному

СПОРНОЕ «МЯСО»

Вы слышали о нашем споре? Белые сушеные грибы и сублимированное (высушенное с помощью вентиляции!) мясо равны по калорийности, а по содержанию аминокислот, микроэлементов, витаминов группы А, Б, Д превосходят его. И по вкусовым качествам - цимус! Для соблюдающих пост вообще незаменимы, как и рыбопродукты. Видимых нашим глазом их около 6500, видимых с помощью микроскопа, по утверждению ученых, около 100 тысяч. А что такое дрожжи и пенициллин, как не грибы! В отличие от яиц и мяса грибы совсем не содержат холестерина, основного виновника закупорки кровеносных сосудов, ожирения сердечной мышцы и предшественника холецистита. Съедобных грибов в России, в том числе и на Кавказе, около 200 видов, полусъедобных около 30, несъедобных 25-27 и ядовитых 15-17. Но из-за неподготовленности и кулинарной безграмотности мы остановили свой выбор всего на 15-20 видах съедобных грибов. Так, в западных и северных регионах России совсем не собирают полевые, лесные и выросшие на навозе шампиньоны, все разновидности гигрофов и рядовок. Не собирают у нас и грибзонтик, а во Франции и Чехии из него готовят прекрасные шницели в панировочных сухарях

Конечно, к сбору грибов нужно относиться осторожно. Среди них: а) условно съедобные (строчки, сморчки, лопастники, [illegible], дубовик, свинушка толстая, чешуйчатка обыкновенная, рядовка фиолетовая и [illegible], грузди и подгруздки всех разновидностей, скрипица, волнушки, серушки, млечники всех разновидностей, валуи, [illegible] ломкая и рвотная), которые предварительно должны быть отварены в большом количестве воды в течение 8-10 минут, либо подвергнуты ферментации (грузди, подгруздки, скрипицы, волнушки, млечники) в рассоле в течение месяца;

б) несъедобные (саркосома шаровидная, трутовики, желчный гриб, гиброграф конический, чешуйчатка ольховая, миценна, говорушка перевернутая, рядовки: желто-красная, мыльная, бело-коричневая, серо-желтая, чешуйчатая; лепиоты: гребенчатая и острочешуйчатая; гибелома клейкая; паутинники: обыкновенный, козий, кресноплластинковый; млечник серо-розовый, земляная звездочка) рвать в корзину не надо, но и сбивать ногами тоже, они приносят пользу корневой системе леса;

в) ядовитые: ложноопенки: серно-желтый и кирпично-красный; говорушки: беловатая и восковая; рядовка белая, шампиньон желтокожий, волоконницы: земляная и растрескивающая, бледная поганка (смертельно ядовитая!), мухоморы всех разновидностей, ложно-дождевик, сатанинский гриб) - из лесу брать совсем не рекомендуется, а после бледной поганки (с виду она совсем красавица!) необходимо помыть руки. Тем не менее, многие из них обладают целебными свойствами. Так, из красных мухоморов готовят настой (50х50) на водке (5-6 дней в холодильнике) для растирания при ревматизме, радикулите и полиартрите, настоем березовой чачи и зимнего гриба (доламулины) замедляют течение раковых заболеваний, а систематический прием пищи с белыми грибами вообще предотвращает раковые заболевания.

В короткой статье невозможно описать все достоинства и недостатки грибов, невозможно привести цветные фотографии грибов, и поэтому мой вам совет - купите на книжных развалах книжку о грибах с цветными вкладками, и в лес - с ней. По стоимости она себя оправдает: 3 кг грибов, и книжка, считайте, досталась бесплатно.

Я заготавливаю ежегодно 30-40 банок маринованных, обжаренных в растительном масле, по 3-4 кг сушеных грибов. Для литра грибного бульона их и надо-то всего 40-50 граммов. За счет грибов экономлю я на мясе, добавляя в мясной фарш обжаренный грибной. А потом тефтели, котлеты, блинчики, пирожки с картошкой и мясо-грибным фаршем - объеденье! А маринованные, высыпанные в тарелку, приукрашенные зеленым лучком и политые растительным маслом, под стопку «русской» не уступят никакому деликатесу!

В отличие от общеизвестных, необходимо отметить и пять разновидностей местных (кавказских) грибов: майка, она же рядовка майская (уже появилась в лесу!), подсливник, она же говорушка ворончатая; песчаник; белянка, она же рядовка сросшаяся белая; польский гриб.

Вот и насобирали вы целую корзину грибов! Но вас мучают сомнения в их качестве? Сходите на рынок, в лабораторию. Врачи-лаборанты знают до двух тысяч грибов в «лицов». Думаю, они дадут вам бесплатную консультацию (или сейчас бесплатного ничего нет?).

В наших северокавказских лесах уже прошел срок сбора сморчков и сморчковых шапочек, сейчас по лесополосам, на опушках с зарослями боярышника и молодого подлеска вы насобираете целую корзину (а то и две!) подсливников, майки; чуть позже пойдет лесной шампиньон, сыроежки, первый слой белых грибов, а к осени, в августе все остальные; опята же, песчаник, синий корень, грузди и подгруздки - в сентябре. В посадках сосны в конце августа скрываются рыжики (лучший из пластичных грибов!), маслята, вешенка - в октябре-ноябре, а если теплая зима, то и в феврале!

Рядовка белая (подсливник)

РАСТУТ БЕЗ СОЛНЦА!

[illegible] семьи Машковских из Ставрополя с «урожаем»
Фото С.Колганова

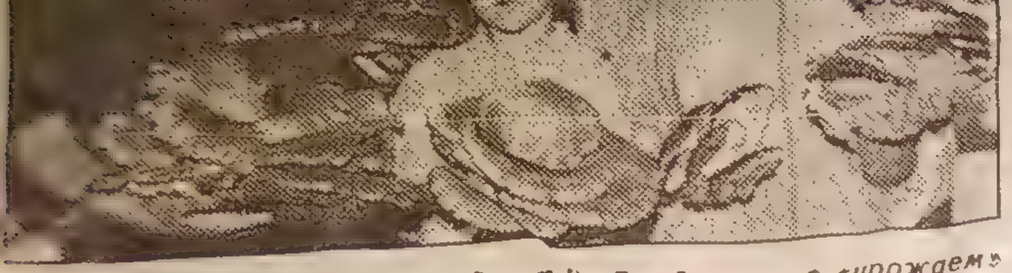
НО ЗА ГРИБАМИ не обязательно ходить в лес, их можно выращивать на вашем огороде, на вашей даче, в пустующих подвалах, ведь большинству грибов солнце не нужно, т.к. они не содержат хлорофилла и не могут использовать солнечную энергию для своего роста. В мире искусственно разводимых грибов пока одиннадцать видов: летний опенок, вешенка, кольцевик, шампиньон, черный, трюфель, сморчки, «иудино ухо» сиитаке, зимний гриб (фламулина), «серебряное ухо», соломенный гриб (вальвариола). У нас в России промышленное разведение получили пока три вида: летний опенок, вешенка и шампиньон. Успешное выращивание шампиньонов возможно в фермерских хозяйствах, там, где имеется конский навоз и солома. Вешенки лучше выращивать в лесничествах, у мебельных фабрик, на пилорамах, там, где имеются отходы и опилки древесины любых лиственных пород. А вот летний опенок можно вырастить на приусадебном участке.

По рекомендации Л.В.Гарибовой, делается это так. Срезанные, переставшие плодоносить фруктовые и другие деревья лиственных пород разрезают на отрезки длиной 30-35 см, а если они подсохли, то их вымачивают в емкости с водой в течение 1-2 суток. Оставшиеся пни не выкорчевывают. На отрезках и пнях делают зарубки, отверстия, накольц. Из зрелых, собранных в лесу и измельченных шляпок с темно-коричневыми пластинками в течение 12-24 часов готовят настой на дождевой воде (30% грибов и 70% воды). Отрезки на 15-20 см закапывают в землю и поливают приготовленным настоем (грибницей).

Заражение пней и отрезков грибницей лучше делать весной или ранней осенью, затеняя их от летнего пересыхания и по необходимости смачивая в летний зной. И через год на даче у вас свои грибы! На целых шесть-семь лет по 0,3-6 кг с каждого отрезка в год!

Для более быстрого заражения пеньков и отрезков можно воспользоваться и кусочками древесины, хорошо пронизанными грибницей, собранными в лесу, на пнях с появившимися плодовыми телами летнего опенка. Их можно определить по наличию обильных белых и кремовых нитей (гиф) и сильному грибному запаху. Необходимо еще заметить, что ваш «грибной сад» должен находиться под пологом существующих деревьев, для уменьшения испарения присыпать опилками либо перегноем. И еще. При сборе плодовых тел грибницы не перепутайте летний опенок с зимним - можно весь сад загубить. В отличие от летнего, растущего на мертвой древесине, зимний опенок - дереворазрушающий гриб, растет на ослабленных живых деревьях! Летний опенок - очень вкусный гриб. Из них готовят супы, соусы, подливки. Можно его и сушить. Но об этом отдельный разговор. Удачи вам!

В.А. Васильков



НА СНИМКЕ: семья Машковских из Ставрополя с «урожаем» вешенок в 3 кг 100 г.
Фото С.Колганова

ела). ...ное разведение пл... вида: летний опенок, вешенка и шампиньон. Успешное выращивание шампиньонов возможно в фермерских хозяйствах, там, где имеется конский навоз и солома. Вешенки лучше выращивать в лесничествах, у мебельных фабрик, на пилорамах, там, где имеются отходы и опилки древесины любых лиственных пород. А вот летний

...ленным настоем (грибницей).

Заражение пней и отрезков грибницей лучше делать весной или ранней осенью, затеняя их от летнего пересыхания и по необходимости смачивая в летний зной. И через год на даче у вас свои грибы! На целых шесть-семь лет по 0,3-6 кг с каждого отрезка в год!

ослабленных, живых деревьях. Летний опенок - очень вкусный гриб. Из них готовят супы, соусы, подливки. Можно его и сушить. Но об этом отдельный разговор. Удачи вам!

В.А. Васильков

Рецепт от читателя

Весенне варенье

У многих садоводов в прошлое лето созрел хороший урожай тыкв, кабачков, патиссонов.

Из них я всегда варю весеннее варенье, которое очень нравится моим домашним, да и гости нахваливают.

Тыкву мою, разрезаю, выбираю сердцевину с семенами, очищаю от кожуры и нарезаю кубики приблизительно 3х3х3 см. Взвешиваю все составные части будущего варенья. На 2 кг кубиков беру 1,5 кг сахара. Тыква пресная, чтобы варенье получилось вкусным, добавляю 1,5 лимона или 2 чайных ложечки лимонной кислоты, а также пригоршню корок апельсинов (сушеных или свежих), которые укладываю на дно варочного тазика. Сверху раскладываю кубики тыквы и кружочки лимона без единого зернышка, которые очень горькие и могут испортить все варенье. Все это засыпаю сахаром и ложусь спать.

Утром встаю, а у меня тыква плавает в соку. Варенье варится без единого грамма воды. Таз ставлю на конфорку плиты с рассекателем, накрываю плотно крышкой и довожу до кипения на среднем огне.

З. Капитонова

Конкурс знатоков

ПЕРВОЕ ЗАДАНИЕ. *Объясните, пожалуйста, в чем разница между терминами «ранние сорта», «раннеспелые», «скороспелые», «среднеспелые», «среднеранние», «среднепоздние», а также «позднеспелые»?*

Ответы присылать в редакцию газеты «Круглый год: дом, сад, огород» с пометкой «На конкурс «КГ».

Всего мы наметили 15 вопросов. Итоги конкурса будут подводиться в декабре 1997 года.

Победителя ждет бесплатная подписка на на... газету на 1998 год.

Чем болеют овощи?

При выращивании рассады овощных культур почти всегда возникает опасность поражения болезнями, что чаще всего приводит к гибели рассады или получению некачественного посадочного материала.

Поговорим о некоторых из них.

Черная ножка

Это заболевание встречается при выращивании рассады всех овощных культур, вызывает его ряд почвообитающих патогенов. Болезнь проявляется на рассаде любого возраста и сопровождается потемнением и утончением прикорневой части стебля. Рассада, пораженная в сильной степени, полегает и гибнет. Болезнь чаще проявляется очагами. Развитию черной ножки благоприятствует высокая влажность и кислотность почвы, загущение посевов, ослабление растений высокой температурой, недостатком света. Сильнее страдает рассада с болезни при избыточном азотном питании и чрезмерном поливе.

Ложная мучнистая роса (ЛМР)

Это грибное заболевание, оно встречается на рассаде капусты и может проявиться уже с фазы семядольных листьев. Признаки - белый мучнистый налет в виде отдельных или сливающихся пятен на нижней стороне листа. На верхней - желтоватые пятна. Постепенно больные листья желтеют и отмирают.

Поражение рассады может начаться от заражения семян или от инфекции, сохраняющейся в почве. Благоприятные условия для развития болезни создаются при загущенных посевах, плохом проветривании, чрезмерном поливе, т.е. когда длительный период сохраняется высокая относительная влажность воздуха. После высадки рассады в грунт развитие болезни приостанавливается, но при наступлении в конце вегетации влажной прохладной погоды ЛМР может дать новую вспышку, хотя для кочанных сортов капусты она уже не представляет серьезной угрозы.

Семена

Редиска из Японии

ЕСЛИ у вас есть возможность купить семена, то посадите дайкон.

Это еще малоизвестная и редкая культура на огородах. Дайкон - это японская редька-редис. Растение неприхотливое. Хорошо растет на плодородных, легких почвах. Замоченные семена высевают на глубину 3-5 см; расстояние между растениями 20-25 см. Если почва достаточно...

...подкормка, как правило, не нужна. А при необходимости растения можно подкормить в фазе 1-2 настоящих листьев после прореживания.

Через 50-70 дней, в сухую погоду, можно собирать урожай. Плоды дайкона длинные, до 4 см, очень сочные. Вес от 2 до 4 кг.

Выкапывать дайкон нужно очень осторожно, чтобы не поранить плод. Хранится овощ в ящиках с песком, в подвале. Его едят в свежем виде, можно варить и солить.

Хочется отметить особо, что из всех овощных культур только дайкон и хрен способны ...очки. Но если ...рекомендуют ...возраста, то дайкон не оказ... побочных действий, так как не содержит горчичных масел.

Стрелка указала на Пьеху

ИСТОРИЯ знает немало примеров, когда люди, выращивая растения, не знали, как их употреблять. Картофель первоначально ценили за нарядные цветки, томаты считались декоративным растением с ядовитыми плодами. Другое дело - чеснок. Еще строители ...ных пирамид ежедневно получали его к обеду. Люди все время уважали и ценили острые на вкус и возбуждающие аппетит зубки.

Один такой зубок в день - и будешь молодым. По крайней мере в этом призналась знаменитая Эдита Пьеха, отвечая на вопрос о секрете ее молодости.

Удивительным был сюрприз, преподнесенный ученными совсем недавно. Оказалось, что молодая зелень чеснока гораздо полезнее и питательнее, чем зубки.

Не случайно блюда из свежей зелени чеснока, которую выращивают круглый год, приобретают большую популярность.

Найти свежую молодую зелень чеснока весной - не проблема. А вот как быть в другое время? Вам не встречались выброшенные чесночные стрелки? Так вот же бесценный посадочный материал!

Школа для начинающих

ПОДВОИ ИЗ ЧЕРЕНКОВ

РИС. 1

Защита привитых черенков от случайных поломок:
1 - дуговидные предохранители, изготовленные из гибких веточек;
2 - прямой предохранитель.

РИС. 2

В насаждениях на слаборослых подвоях в приштамбовой зоне возникает поросль, которую обычно выпалывают вместе с сорняками, чтобы не мешала росту деревьев. Чтобы они не были слишком высокими, стараемся сдерживать их рост. Порослевые побеги, появляющиеся вновь и вновь, отклоняем, не боясь ослабить корневую систему. Подсыпаем к основанию влажной земельки, приподняв верхушки. Подкармливаем поливной водой; вручную, протирая тряпицей, намоченной в растворе сока истолченного чеснока или соды с мылом, освобождаем от тли, если она появляется.

Осенью, с похолоданием, отводки пускают корешки, то есть укореняются. Тогда осторожно отделяем их от корневой системы, вместе с комом влажной почвы переносим в заранее подготовленные (удобренные и политые) ямки - на место постоянного роста и плодоношения, где весной прививаем черенками или окулируем в августе будущего года (после доращивания).

По предложению Г. В. Трусевича (Северо-Кавказский зональный научно-исследовательский институт садоводства и виноградарства), в плодопитомнических совхозах нашего края под руководством В. А. Грязева (Ставропольский НИИ сельского хозяйства) был разработан и освоен прием ускоренного получения клоновых подвоев путем прививки их на неродственные сеянцы, например, М9 на айву, а айву на сеянцы яблони. Из-за несовместимости подвоя и привоя проявляется сдержанность в росте, побеги, пришпиленные к земле, слегка окученные, лучше укореняются.

С этой же целью мы применяем способ размножения корневыми черенками, который результативнее размножения одревесневшими или стеблевыми черенками.

Поздней осенью или ранней весной откапываем боковой корень растущего дерева (например, айвы) и от него нарезаем черенки (отрезки) толщиной 6-10 мм и длиной 8-12 см. Для этого можно использовать корневую систему от саженца, привитого на подвой М9. При нарезке черенков на нижней части отрезка делают косой срез, а на верхней, что ближе к корневой шейке (места перехода корня в стебель), прямой.

Высаживаем на заранее подготовленные грядки, приподнятые на 4-5 см, с добавлением в верхний слой почвы речного песка и перегноя, косым срезом вниз. Мы стремимся к тому, чтобы корневой черенок находился в почве в таком же положении, в каком был ранее, но ближе к поверхности. На удаленном от корневой шейки конце черенка видны корешки. Надо постараться, чтобы их не оборвать, не подсушить. Можно размещать вертикально, с небольшим наклоном, чтобы уберечь торцы от прямых солнечных лучей. Но их высаживают, а не втыкают, как поступают обычно с черенками черной смородины.

Верхушки черенков должны быть присыпаны компостом или песком на 0,5 см. Их поливают. После оседания почвы засыпают компостом и песком. Рыхлый слой почвы поверх черенков может быть толщиной 2-3 см.

Из придаточных почек верхушки черенка появляются ростки в виде красноватых шильцев. За этим приходится тщательно следить. Полезно грядки притенить, покрыть рогожей или перфорированной пленкой, замульчировать (опилками, например, слоем в 1 см).

Существуют технические требования, соответствующие нормам стандарта, к подвоям плодовых культур. Внешний вид - не подсохшие, без листьев (подчеркиваем), с одним стволом и корневой системой, на которой не допускаются механические повреждения (возможны отдельные царапины на корнях). Возраст однолетний, у подвоев из корневых и одревесневших черенков длина корней - 10 см, диаметр корневой шейки - 6-10 мм (южная зона), у отводочных подвоев длина корней - 5-7 см, диаметр корневой шейки - 4-10 мм и 5-12 мм (первого и второго сорта - соответственно).

Для определения пригодности подвоя мы пользуемся карандашом. Его толщина примерно равна диаметру корневой шейки, а длина почти в два раза больше, чем у мочковатой корневой системы отводков.

В. Мартынов,
С. Присикарь,
садоводы-опытники

Садовод-садоводу

ПАТЕНТ ЗА ШПАЛЕРУ

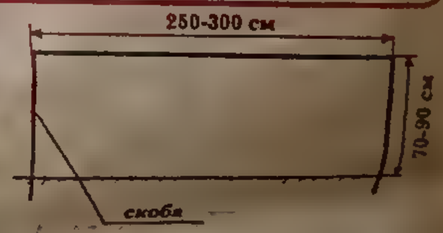


РИС. 1 Схема скобы составной части шпалеры.

Я получал хорошие урожаи малины, но «взбунтовалась» женская половина семьи: при сборе ягод верхние невозможно было достать - очень высокие нарастали стебли. Кроме того, вверху плоды были мельче, чем внизу и в середине. Вот тогда и задумал снизить шпалеру, облегчить сбор, но при этом увеличить урожайность малинника, получить крупные вкусные ягоды, поменьше бороться с вредителями и болезнями.

Если приглядеться к стеблю малины в период плодоношения, то можно увидеть, что нижние плодоносящие стебли, которые в считанные минуты могу установить или снять при необходимости. Стебли не привязываю, а укрепляю медной изолированной проволокой длиной 10-15 см, которую скручиваю в 2-3 оборота. «Скрутки» служат много лет.

Моя шпалера обеспечивает равномерный рост плодовых веточек и освещение малинника. Получаю крупные ягоды со всех сортов, улучшаю их вкус. Растения удобно поливать, подкармливать, малинник хорошо продувается, и в то же время в зоне плодоношения создается повышенная влажность. Шпалеру собираю из П-образных зонтально стебли малины, пусть даже они переплетаются, и прикрутить их к скобам.

Летом все растущие побеги замещения подрезаю на высоте 15-20 см 3-4 раза, то есть сдерживаю их рост, и растения все силы отдают на образование ягод, они увеличиваются в размере, количество увеличивается в 2-4 раза. А самое главное, в период плодоношения побеговая и стеблевая галлицы откладывают яйца не в побеги замещения, а в плодоносящие веточки. Отпадает надобность бороться с этими вредителями. После сбора урожая все отплодоносившие ветзую как мульчу. За зиму все личинки погибают сами. Мой способ ни в коем случае не отрицает высокий агрофон. Правда, я стараюсь не использовать минеральные удобрения, только органику! В этом случае питание сбалансировано, доступно растениям, не засоляет почву. Постоянно мульчирую малинник навозом, сухой травой, свежевыполотыми сорняками. А вообще сорняки служат мне индикатором: буйно растут - земля здоровая, плодородная, плохо - значит, истощена. Когда раньше все выпалывал до стебелька - земля вмиг становилась как камень, в жару трескалась, в дождь - превращалась в месиво, не пройти. Все, что беру от земли - стараюсь ей возвратить.

Ю.П. Минин

верх был выше уровня земли на 10-20 см (рис.1).

Главное, чтобы скобы были смещены от оси ряда малинника на 40-50 см. (рис.2). Это дает свободу для роста побегов замещения. Остается только развести гори-

ниях и при плохом уходе малинник может и не восстановиться. Отплодоносившие ветви вырезаю ниже уровня земли на 5 см, режу секатором на мелкие куски и исполь-

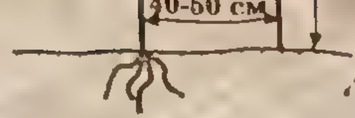


Рис. 2 Схема переносной шпалеры и прикрепленных к ней кустов: вид с торца (слева) и вид сверху.

Вопрос-ответ

...ны должно быть 3-5 см на тяжелых суглинистых почвах и 5-7 см на легких песчаных. Если почки поднимутся над поверхностью почвы, они будут страдать только от заморозков весной, но и от жар... воздуха летом.

4. Кусты состаривать... Разделить и пер...дить на новое место.

5. Пионы «за...млены»

...быть, совместить такие под-

...тут пионы...

...ре-
...ниями,
особенно азот-
...ными.

Нужно помнить золотое ...ло: растение лучше недо-...чем перекормить.

...очная кислотность почвы. ...анализ почвы и, если ...вестковать. Пионы лу-...вуют себя при ...для ... и не более единицу. ...сить ...извести. ...350 г ...ает.

...появляются, но ...полностью.

...после цве-...да идет формиро-...бновления, кото-...

...быть (у...ся во-...скаются).

Капризные ирисы

Пытаюсь вырастить ирисы, ничего не получается. Может, что не так делаю?

В. Болтухин, Самара

В РОССИИ культивируют несколько видов ириса. Часто встречаются высокие большецветковые ирисы Бородатые. Во время цветения они достигают в высоту 75-100 см. Цветы имеют различную окраску, вплоть до красного. Цветут в мае. Посадочный материал получается делением корневища со второй половины июля до конца первой половины сентября. Необходимо оставить только молодые части корневища с новыми корнями. Старое корневище удалить. Для придания устойчивости посадочного материала к болезням желательно оставить его на полчаса в крепком растворе марганцовки. Посадка саженцев в 50 см друг от друга на солнечном или слегка затененном месте. Корневище присыпается землей на 1 см. Слишком глубокая посадка растения плохо скажется на его цветении. Корни при посадке подрезают. Почва должна быть хорошо удобрена известью и фосфором. Органические удобрения желательно вносить под предшествующую культуру. Бородатый ирис плохо переносит избыточную влажность и заморозки, его лучше посадить с южной стороны дома.

РИС. 2

ванию.

По предложению Г. В. Трусевича (Северо-Кавказский зональный научно-исследовательский инсти-

вой шейке (места перехода корня в стебель), прямой.

кой, замульчировать (опилками, например, слоем в 1 см).

С. Присикарь,
садоводы-опытники

Садовод-садоводу

ПАТЕНТ ЗА ШПАЛЕРУ

Я получал хорошие урожаи малины, но «взбунтовалась» женская половина семьи: при сборе ягод верхние невозможно было достать - очень высокие нарастали стебли. Кроме того, вверху плоды были мельче, чем внизу и в середине. Вот тогда и задумал снизить шпалеру, облегчить сбор, но при этом увеличить урожайность малинника, получить крупные вкусные ягоды, поменьше бороться с вредителями и болезнями.

Если приглядеться к стеблю малины в период плодоношения, то можно увидеть, что нижние плодовые веточки вырастают длинные, до 1 м и более, и дают крупные ягоды. Но не хватает света, поэтому и тянутся вверх, при этом растение затрачивает много питательных веществ. Верхние же плодовые веточки короткие, хорошо освещенные, но слабые, на них ягоды мельче. Чтобы выровнять плодовые веточки, я придумал свой способ подвязки стеблей к долговечной переносной шпалере, которую в считанные минуты могу установить или снять при необходимости. Стебли не привязываю, а укрепляю медной изолированной проволокой длиной 10-15 см, которую скручиваю в 2-3 оборота. «Скрутки» служат много лет.

Моя шпалера обеспечивает равномерный рост плодовых веточек и освещение малинника. Получаю крупные ягоды со всех сортов, улучшаю их вкус. Растения удобно поливать, подкармливать, малинник хорошо продувается, и в то же время в зоне плодоношения создается повышенная влажность. Шпалеру собираю из П-образных металлических скоб толщиной 8-10 мм (из арматурной стали). Длина скоб 2-3 м. В землю их просто вдавливаю с таким расчетом, чтобы верх был выше уровня земли на 70-90 см (рис.1)

Главное, чтобы скобы были смещены от оси ряда малинника на 40-50 см. (рис.2). Это дает свободу для роста побегов замещения. Остается только развести горизонтально стебли малины, пусть даже они переплетаются, и прикрутить их к скобам.

Летом все растущие побеги замещения подрезаю на высоте 15-20 см 3-4 раза, то есть сдерживаю их рост, и растения все силы отдают на образование ягод, они увеличиваются в размере, количество увеличивается в 2-4 раза. А самое главное, в период плодоношения побеговая и стеблевая галлицы откладывают яйца не в побеги замещения, а в плодоносящие веточки. Отпадает надобность бороться с этими вредителями. После сбора урожая все отплодоносившие ветви вырезаю и удаляю из малинника, а побегам замещения даю свободно развиваться. При хорошем уходе они на сильных кустах к осени успевают вырасти и вызреть. Помните: на ослабленных растениях и при плохом уходе малинник может и не восстановиться. Отплодоносившие ветви вырезаю ниже уровня земли на 5 см, режу секатором на мелкие куски и использую как мульчу. За зиму все личинки погибают сами. Мой способ никоем случае не отрицает выкопки агрофон. Правда, я стараюсь не использовать минеральные удобрения, только органику! В этом случае питание сбалансировано, доступно растениям, не засоляет почву. Постоянно мульчирую малинник навозом, сухой травой, свежевыполотыми сорняками. А вообще сорняки служат мне индикатором: буйно растут - земля здоровая, плодородная, плохо - значит, истощена. Когда раньше все выпалывал до стебелька - земля вмиг становилась как камень, в жару трескалась, в дождь - превращалась в месиво, не пройти. Все, что беру от земли - стараюсь ей возвратить.

Ю.П. Минин

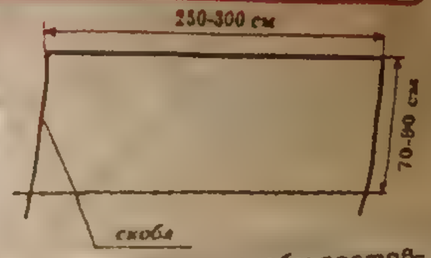


РИС. 1 Схема скобы составной части шпалеры

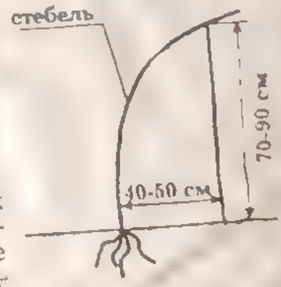


РИС. 2 *Схема переносной шпалеры и прикрепленных к ней кустов: вид с торца (слева) и вид сверху.*

Подруге-отвечаю

Почему не ...?

ИНОГДА пионы годами не цветут или цветут очень плохо, хотя внешне растения выглядят вполне здоровыми. Причины этого могут быть самыми разными.

1. Место для посадки выбрано неудачно: либо слишком тенисто, чересчур сухо или, наоборот, избыточно влажно (опасен застой воды), возможно, слишком близко к деревьям или стене дом...

Единственная в... пересадить куст... ...дящее ме...

...ти должно быть 3-5 см на тяжелых суглинистых почвах и 5-7 см на легких песчаных. Если почки поднимутся над поверхностью почвы, они будут страдать не только от заморозков весной, но и от жары и сухости воздуха летом.

4. Кусты состарились. Разделить и пересадить на новое место.

5. Пионы «за...ромлены»...

...ы?

...ре...ниями, особенно азот...ными.

Нужно помнить золотое правило: растение лучше недокормить, чем перекормить.

Избыточная кислотность почвы. Сделать анализ почвы и, если нужно, произвестковать. Пионы лучше всего развиваются при pH... (не ниже 5,8 и не более ...). Для того чтобы повысить pH на единицу нужно внести 350 г/... извести.

7. Растение болеет.

При этом бутоны появляются, но не раскрываются полностью.

Пионы подвяливают после цветения, и тогда идет формирование почек возобновления, которые закладываются за два года до ...

2 - 3 часа в день приводит к тому, что растения не цветут совсем либо очень плохо.

2. Не цветет потому, что посажен слишком недавно или делянка чересчур мелкая (одна-две почки).

В этом случае остается только прилежно ждать, так как в первый-второй год после посадки пионы развиваются медленно. В слиш... первый год

Капризные ирисы

Пытаюсь вырастить ирисы, ничего не получается. Может, что не так делаю?
В. Болтухин, Самара

В РОССИИ культивируют несколько видов ириса. Часто встречаются высокие большецветковые ирисы Бородатые. Во время цветения они достигают в высоту 75-100 см. Цветы имеют различную окраску, вплоть до красного. Цветут в мае. Посадочный материал получается делением корневища со второй половины июля до конца первой половины сентября. Необходимо оставить только молодые части корневища с новыми корнями. Старое корневище удалить. Для придания устойчивости посадочного материала к болезням желательно осадить его на полчаса в крепком солнечной марганцовки. Посадка ... друг от друга на ... земли на 1 см. Слишком ... затенением посадка растения плохо сказ... на его цветении. Корни при посадке подрезают. Почва должна быть ...

му и тянутся вверх, при этом растение затрачивает много питательных веществ. Верхние же плодовые веточки короткие, хорошо освещенные, но слабые, на них ягоды мельче. Чтобы выровнять плодовые веточки, я придумал свой способ подвязки стеблей к долговечной переносной шпалере, ко-

10 мм (из арматурной стали). Длина скоб 2-3 м. В землю их просто вдавливаю с таким расчетом, чтобы верх был выше уровня земли на 70-90 см (рис.1).

Главное, чтобы скобы были смещены от оси ряда малинника на 40-50 см. (рис.2). Это дает свободу для роста побегов замещения. Остается только развести гори-

ви вырезаю и удаляю из малинника, а побегам замещения даю свободно развиваться. При хорошем уходе они на сильных кустах к осени успевают вырасти и вызреть. Помните: на ослабленных растениях и при плохом уходе малинник может и не восстановиться. Отплодоносившие ветви вырезаю ниже уровня земли на 5 см, режу секатором на мелкие куски и исполь-

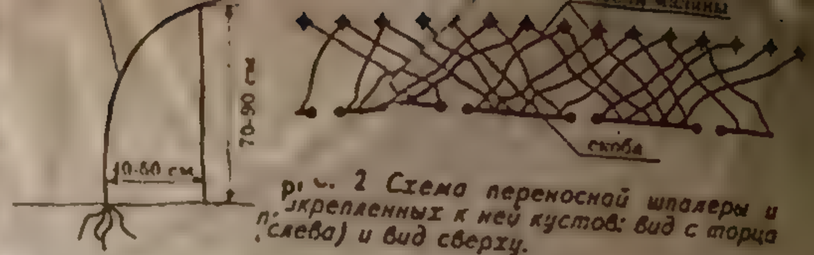


рис. 2 Схема переносной шпалеры и закрепленных к ней кустов: вид с торца (слева) и вид сверху.

Вопрос-ответ

Почему не цветут пионы?

Иногда пионы годами не цветут или цветут очень плохо, хотя внешне растения выглядят вполне здоровыми. Причины этого могут быть самыми разными.

1. Место для посадки выбрано неудачно: либо слишком тенисто, чересчур сухо или, наоборот, избыточно влажно (опасен застой воды), возможно, слишком близко к деревьям или стене дома.

Единственная возможность - пересадить куст в более подходящее место.

Пион - растение светолюбивое. Сильное затенение даже на 2 - 3 часа в день приводит к тому, что растения не цветут совсем либо очень плохо.

2. Не цветет потому, что посажен слишком недавно или деленка чересчур мелкая (одна-две почки).

В этом случае остается только прилежно ждать, так как в первый-второй год после посадки пионы развиваются медленно. В слишком мелких деленках в первый год будут усваиваться запасы питания из толстых старых корней, а молодые образовываться не будут.

3. Куст посажен слишком глубоко или, напротив, слишком мелко. Придется пересаживать. От самой верхней почки до поверхности должно быть 3-5 см на тяжелых суглинистых почвах и 5-7 см на легких песчаных. Если почки поднимутся над поверхностью почвы, они будут страдать не только от заморозков весной, но и от жары и сухости воздуха летом.

4. Кусты состарились.

Разделить и пересадить на новое место.

5. Пионы «заморены» ко[illegible] удобрениями, особенно азотными.

Нужно помнить золотое правило: растение лучше недокормить, чем перекормить.

6. Избыточная кислотность почвы.

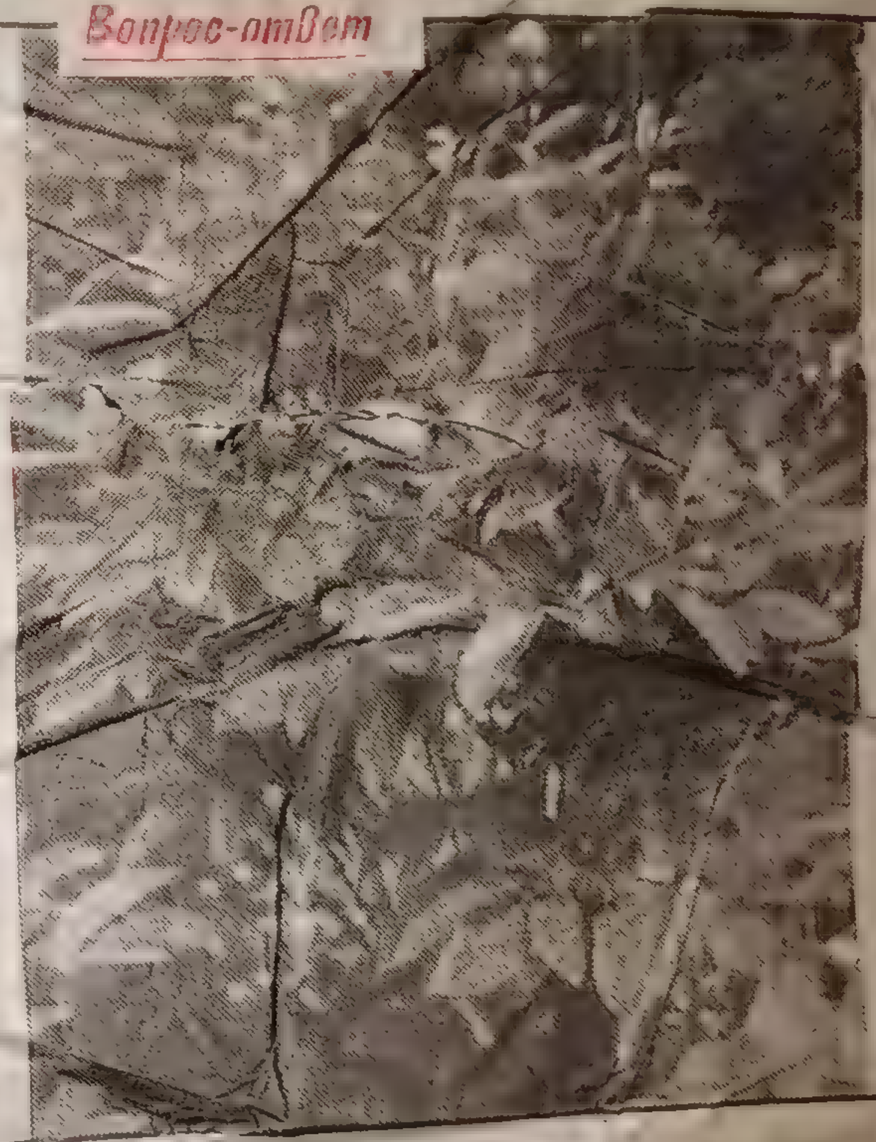
Провести анализ почвы и, если нужно, произвестковать. Пионы лучше всего чувствуют себя при pH=6,5 (не менее 5,8 и не более 7). А для того, чтобы повысить pH на единицу, нужно внести 350 г/м² извести.

7. Растение голодает.

При этом бутоны появляются, но не раскрываются полностью.

Пионы подкармливают после цветения, именно тогда идет формирование почек возобновления, которые закладываются за два года до цветения. Засушливая погода, наступившая после цветения, также «украдет» цветки будущих лет.

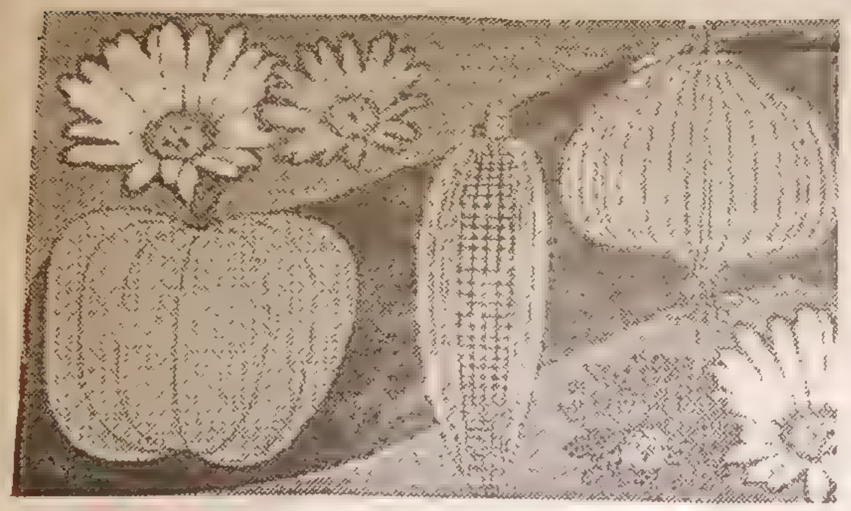
8. Затяжные дожди в период бутонизации (бутоны пропитываются водой, буреют, не распускаются).



Капризные ирисы

Пытаюсь вырастить ирисы, ничего не получается. Может, что не так делаю?
В. Болтухин, Самара

В России культивируют несколько видов ириса. Часто встречаются высокие большецветковые ирисы Бородатые. Во время цветения они достигают в высоту 75-100 см. Цветы имеют различную окраску, вплоть до красного. Цветут в мае. Посадочный материал получается делением корневища со второй половины июля до конца первой половины сентября. Необходимо оставить только молодые части корневища с новыми корнями. Старое корневище удалить. Для придания устойчивости посадочного материала к болезням желательно обрабатывать его на полчаса в крепком растворе марганцовки. Посадка саженцев - [illegible] см друг от друга на солнечном или [illegible] затененном месте. Корневище присыпается землей на 1 см. Слишком глубокая посадка растения плохо скажется на его цветении. Корни при посадке подрезают. Почва должна быть хорошо удобрена известью и фосфором. Органические удобрения желательно вносить под предшествующую культуру. Бородатый ирис плохо переносит избыточную влажность и заморозки, его лучше посадить с южной стороны дома.



Огородик на балконе

В ДОМАШНИХ условиях овощные культуры должны сочетаться с цветочными, которые часто украшают наше жилище.

На небольшом пространстве балкона можно создать композиции с высоким декоративным эффектом. Зеленые уголки для отдыха можно организовать в светлой комнате на южной стороне дома, на лоджии, сочетая комнатные цветочные и овощные культуры, а также украсить домашний интерьер, размещая овощные растения самостоятельно. Так, на балконе кабачки и тыква образуют крупные декоративные кусты с орнаментной листвой и крупными цветами. Плоды их разнообразны по форме и цвету и тоже очень декоративны.

Ажурная зелень листовой петрушки, особенно кудрявой, и укропа хорошо смотрятся с однолетними цветущими растениями.

Вьющиеся растения - горох овощной, фасоль, огурцы, лагенария красивы на опорах, которые можно выполнить из [illegible] этих металла. Внизу, [illegible] нижние отплодоносившие и пожелтевшие растений [illegible] листья), можно разместить однолетние цветочные, такие, как та[illegible] настурцию, петунью. Мно[illegible] культуры имеют краси[illegible]мы перца сладкого и острого имеют разнообразную окраску и форму плодов: от хоботовидного, призмовидного, ребристого до круглого и мелкого шаровидного; мелкоплодные формы томата могут дать смородиновидные или грушевидные плоды; листовая декоративная капуста образует махровые густо изрезанные листья салатового или фиолетового цвета.

Применение уплотненных культур основано на том, что растения в первый период роста не занимают всей площади. Временно эту площадь можно использовать для выращивания промежуточной культуры с коротким вегетационным периодом. Так, редис, салат, кресс-салат, салатную горчицу можно выращивать между растениями огурца и томата.

Учитывая непродолжительность развития листовых овощных культур можно в одной таре проводить повторные посевы. Комнатный огород должен иметь свой севооборот. Так, после снятия огурцов землю из-под них можно использовать под цветную капусту. После цветной капусты можно посадить сахарный горох, а после томата хорошо идет лук на зелень.

Принимаются черно-белые фотографии размером не менее 9x12 см. Конкурс проводится в три тура: I – до 30 июня, II – до 30 сентября, III – до 10 декабря 1997 года. По результатам трех туров в конце года три победителя получат бесплатную подписку на газету «Круглый год: дом, сад, огород». На конверте не забудьте сделать пометку «Моя усадьба». Желаем удачи!

ФОТОКОНКУРС «МОЯ УСАДЬБА»

Мастерская на дому

ОНИ У ВАС ПОД КАБЛУКОМ

- Предлагаем сносившийся резиновый каблук отремонтировать эпоксидным клеем, замешенным со стальными опилками. Нужный участок каблука зачищают, приклеивают сбоку липкую ленту и в получившееся углубление заливают массу. После такого ремонта каблук служит еще 2-3 месяца.
- Несколько капель сахарного сиропа, добавленных в сапожный крем, улучшат его качество, дольше сохранят блеск обуви.
- Не спешите выбрасывать старые валенки. Из них можно сшить тапочки. Предварительно сделайте выкройку из бумаги. Чтобы домашняя обувь стала нарядней, стачайте детали тапочек длинными стежками, применив для этого толстые яркие нитки.
- Лаковую обувь рекомендуют чистить разрезанной луковицей, а также протирать молоком и касторовым маслом.
- Лакированная обувь не коробится, если ее смазывать глицерином, вазелином или взбитым желтком.
- У спортивной обуви в язычке сделайте два надреза, через которые пропустите шнурки. При этом язычок не сползает вбок, и обувь выглядит опрятнее. Чтобы разрезы не разрывались дальше, их края следует прошить нитками.
- Увеличить срок носки сапог помогут стальные шарики, вдавленные в просверленные в каблуках отверстия глубиной и диаметром чуть меньше диаметра шарика. Таким способом, кстати, шипуются автомобильные покрышки. Шарики не уступают подковкам, а стук при ходьбе издают гораздо меньший.
- Затвердевшую кожу обуви можно смягчить, смазав ее касторовым маслом, а затем скипидарной краской или кремом для обуви.

Вопрос-ответ

Картофель - трубочист

Как очистить дымоход?
Н. Коробкина, с. Тугулук

В деревнях и сельской местности, где еще сохранилось печное отопление, картофель облегчает трудоемкую операцию очистки дымохода от сажи. Для этого в печи периодически сжигают картофельные очистки. Влажный и терпкий пар от них размягчает сажу и производит очищающее действие...

Дом-корабль

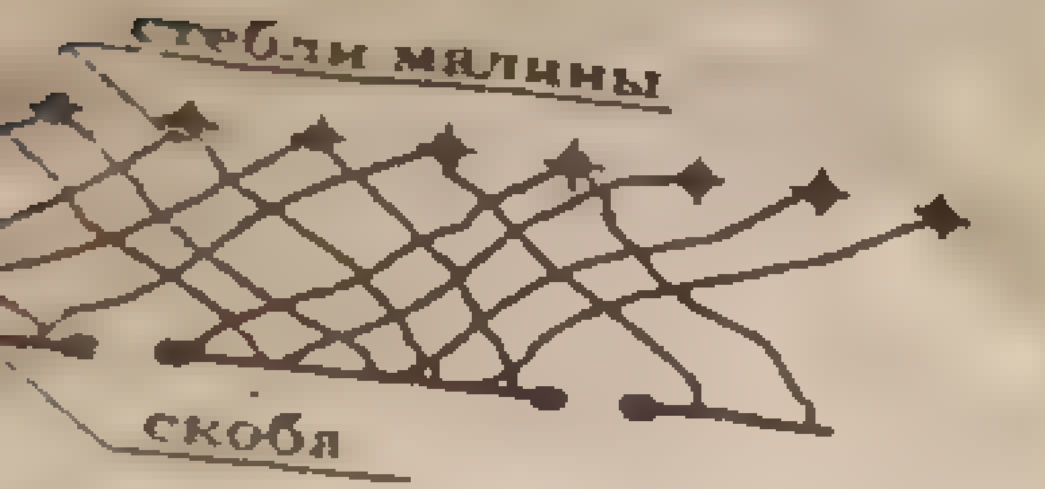
Слышал о доме в виде морского лайнера где-то под Москвой. Не расскажете ли о нем подробнее?
В. Шилов, Ставрополь

Романтичный образ корабля, сходящего со стапелей, навела автору речушка [illegible]

...схема скобы состав-

... Когда раньше все ... до стебелька - земля ...лась как камень, в ...лась, в дождь - пре... в месиво, не пройти. ...беру от земли - стараюсь ...ть.

Ю.П. Минин



...носной шпалеры и ...стов: вид с торца

но. Так, ... тыква образуют крупные декоративные кусты с орнаментной листвой и крупными цветами. Плоды их разнообразны по форме и цвету и тоже очень декоративны.

Ажурная зелень листовой петрушки, особенно кудрявой, и укропа хорошо смотрятся с однолетними цветущими растениями.

Вьющиеся растения - горох овощной, фасоль, огурцы, лагенария красивы на опорах, которые можно выполнить из ... этих металла. Внизу ... нижние отплодоносившие и пожелтевшие листья), можно разместить однолетние цветочные, такие, как тагетес, настурцию, петунью. Многие овощные культуры имеют красивые цветы и разнообразные плоды. Так, декоративные фор-

вать для выращивания ... точной культуры с коротким вегетационным периодом. Так, редис, салат, кресс-салат, салатную горчицу можно выращивать между растениями огурца и томата.

Учитывая непродолжительность развития листовых овощных культур можно в одной таре проводить повторные посевы. Комнатный огород должен иметь свой севооборот. Так, после снятия огурцов землю из-под них можно использовать под цветную капусту. После цветной капусты можно посадить сахарный горох, а после томата хорошо идет лук на зелень.

А. Лебедева

...шите выбрасывать старые валенки. ... тапочки. Предварительно сделайте выкройку из бум... домашняя обувь стала наряднее, стачайте детали тапочек длин...ми стежками, применив для этого толстые яркие нитки.

- Лаковую обувь рекомендуют чистить разрезанной луковицей, а также протирать молоком и касторовым маслом.
- Лакированная обувь не коробится, если ее смазывать глицерином, вазелином или взбитым желтком.
- У спортивной обуви в язычке сделайте два надреза, через которые пропустите шнурки. При этом язычок не сползает вбок, и обувь выглядит опрятнее. Чтобы разрезы не разрывались дальше, их края следует прошить нитками.
- Увеличить срок носки сапог помогут стальные шарики, вдавленные в просверленные в каблуках отверстия глубиной и диаметром чуть меньше диаметра шарика. Таким способом, кстати, шипуются автомобильные покрышки. Шарики не уступают подковкам, а стук при ходьбе издают гораздо меньший.
- Затвердевшую кожу обуви можно смягчить, смазав ее касторовым маслом, а затем скипидарной краской или кремом для обуви.
- Неприятный запах обуви можно устранить, если помыть ее раствором марганцовки (5-6 кристалликов на 1 л воды) или протереть перекисью водорода.
- Потерявшие вид светлые туфли можно перекрасить в черный цвет, если натереть их разрезанной сырой картофелиной, затем смазать черным кремом «Пигмент» и вычистить до блеска бархоткой или щеткой. Время от времени окраску приходится повторять.
- Кожу старой обуви желтого, коричневого или красного цвета можно освежить, если хорошо натереть ее мягкой тряпочкой, смоченной в скипидаре с добавлением нескольких капель свежего молока, а после этого намазать кремом.
- Туфли из коричневой замши хорошо чистятся щеткой, смоченной в кофейной гуще. После просушивания почистите сухой щет..., если ко...
- ...ид поношенной кожаной обуви значительно улучшится, ...сть «Анти... натереть ее цедрой апельсина. ...ру, где теряет цвет.
- Нельзя держать резиновую Светлая, кроме того, ...пятнадцать минут, моль». Резина от этого грубеет высушивается за ...
- Сильно промокшая обувь ... старые хлопчатобумажные носки, заполненные прокаленным речным песком. Следует только постараться, если вовнутрь положить ... чтобы носки заполнили весь внутренний объем обуви.
- Волосяную щетину сапожных щеток рекомендуют периодически протирать раствором нашатырного спирта.

Для это... сжигают... ки. Влаж... них раз... водит о...

Дом...

Слы... морск... под ... жете...

В. ...

Рома... сходящ... ла авто... мостик... це неб... той ... ектиро... тральн... этот ж... из ... Характ... ребно... открыт... волили... но «о... щий л... тыми ... ревян... ющи... ции. ... трен... ня-с... же ...

на подоконнике

ДЛЯ ПОСЕВА используют полновесные семена огурцов. Предварительно их проращивают: насыпают в блюдце опилки или песок, увлажняют, накрывают ткань, кладут вымоченные в воде семена, снова ткань, и последний слой - мокрые опилки или песок. Когда длина ростков достигает 0,5 см, семена высаживают в горшочки из-под сметаны, перегнойные, полиэтиленовые, заполненные питательной смесью, на глубину 1,5 -2 см, засыпают влажной землей, но не уплотняют ее.

До появления всходов температура почвы должна быть 20-25 градусов, затем ее снижают до 18-20 градусов. При этом растения должны находиться на свету и быть защищены от потоков холодного воздуха от форточки или балконной двери. Третий, настоящий, лист прищипывают вместе с почкой, чтобы ускорить развитие боковых побегов, на которых будут располагаться женские цветки. Прищипывать нужно осторожно, чтобы не повредить пазушную почку у основания второго листа, из которого вырастет продолжение.

... 8-10 дней прищипнутую рассаду пересаживают в деревянные, обожженные изнутри ящики глубиной 15 см, в гончарные горшки или полиэтиленовые ведра с дренажными отверстиями, мешочки из черной полиэтиленовой пленки с небольшими прорезями в дне. Насыпают слоем 2 см керамзит, мелкий гравий, битое стекло, а потом уже почвенную смесь. Для нее подходит дерновая или хорошо окультуренная перегноем огородная земля. На ведро такой смеси заранее добавляют стакан древесной золы.

За 3-4 дня до пересадки рассаду поливают, вынимают из горшочка очень осторожно, чтобы не повредить корней. После пересадки рассаду подсыпают землей слоем 3 см. По мере появления новых корней их тоже присыпают смесью. Так же поступают, если нижняя часть стебля окажется вытянутой.

По мере роста растения подвязывают слабо натянутым шпагатом, обкручивая вокруг него стебель. Для формирования куста надо ограничивать рост боковых побегов прищипыванием. Центральный побег, добравшийся до верха окна, направляют вниз. А когда он снова достигнет подоконника - прищипывают. Большие побеги в самой нижней части и женские цветки (без завязи) в нижних 3-5 узлах удаляют. Обрезают также и усики.

Поливать огурцы следует отстоявшейся водой комнатной температуры, не допуская переувлажнения почвы, чтобы не отмерли корни. Поливку целесообразно совмещать с подкормкой комплексными минеральными удобрениями (огородная смесь) в концентрации 0,2 процента. Растение начинает плодоносить через 60 дней после посева семян.

Для выращивания в комнате пригодны тепличные сорта и гибриды огурца, которые могут мириться с недостатком света и продолжительно плодоносить, причем без опыления пчелами.

Капризные ирисы

...сь вырастить ири... ...го не получается. ...что не так делаю?

В. Болтухин, Самара

...СИИ культивируют не... ...ько видов ириса. Час... ...стречаются высокие ...евые ирисы Борода... ...я цветения они дости... ...ту 75-100 см. Цветы ...ную окраску, вплоть ... Цветут в мае. Поса... ...жил получается де... ...евища со второй пол... ...о конца первой пол... ...ря. Необходимо ос... ...молодые части кор... ...ми корнями. Старое ...лить. Для придания ...посадочного мате... ...ям желательно ос... ...корневища в крепком ...ровки. Посадка ... друг от друга на ... ... плохо скажется ... Корни при посад... ...ечье должна быть ...е известью и фос... ... удобрения ...

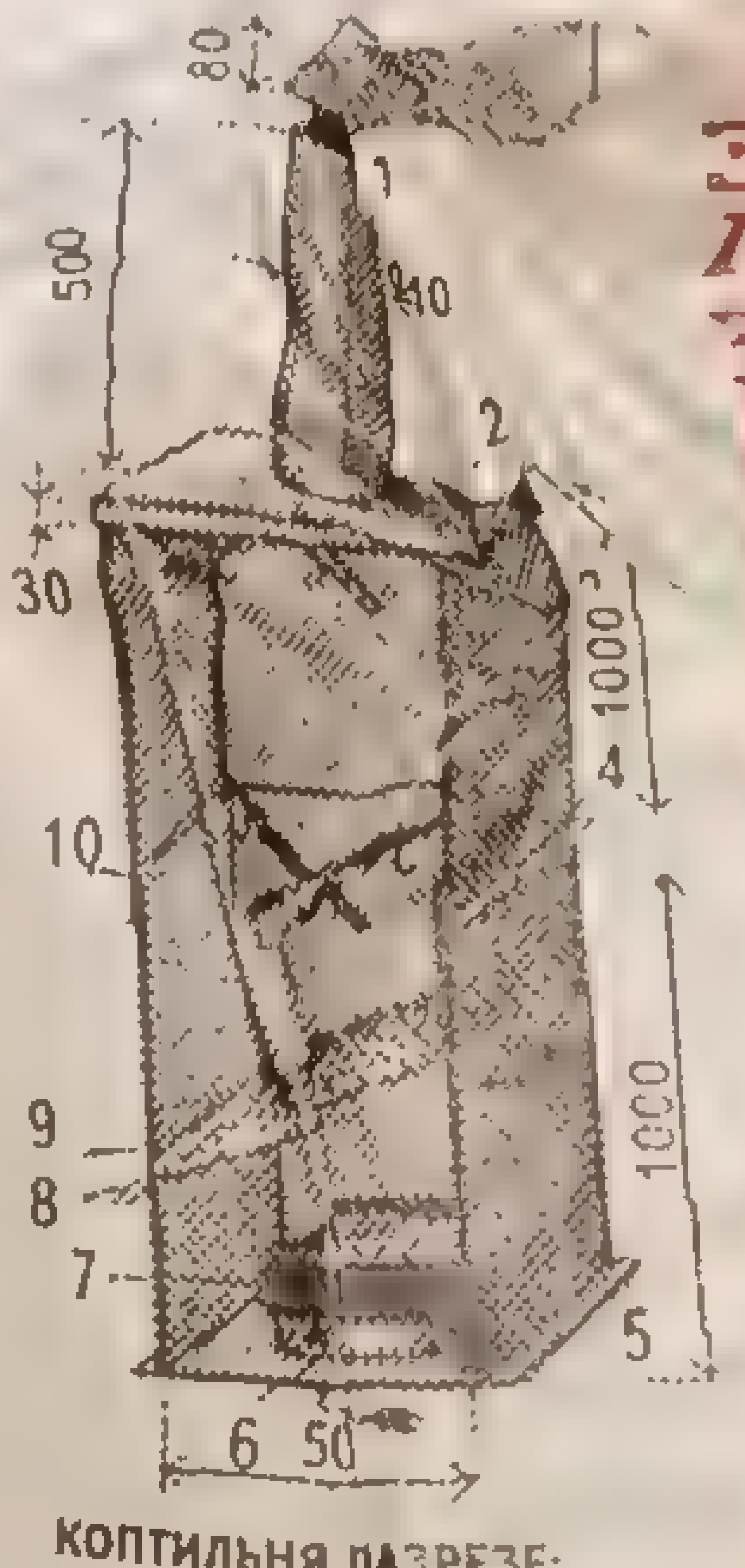
ЭЛЕКТРОКОПТИЛЬНЯ

Понач...

Читатели уже знаком... ...андром Корча... конструкции заинтересова... многих. А вот элек... Конструкция из листового металла толщиной ... (каркас) сделано из уголка 40-50 мм и приварено ... квадратным листом с отогнутыми краями. В ... спереди прорезается отверстие. В середине короб... ...ом устанавливается се... из листового металла ... отверстия - на расстояни... 25 мм друг от друга. Полу... на терку. Ее укрепляют ...три коптильни шерохова... Такая сетка пропускает ...м, а капли жира, стекаю... поверхности, через ... ...ую трубку попадают в ... В верхней части ко... ...ни крест-накрест крепятс... крючки подвешив... продукты. Снаружи на уро... угольни, чуть отс... ...т верхнего его края, по ... плотно на которые ...вливаем «второй этаж» со... трубу деле... из ...олжен быть чуть больше ...

На дно копти... ...о металла толщиной 0,5 ... Сверху на нее ... ...навливают электроплитку толщиной 4 мм. таган (короб по размеру ...

Электропитани... насыпают опилки, мелкую ... распаечная коло... подходит через дно коптильн... ные в рассоле, ... холодном копчении мясо, сало ... в таган опилки ...т на «второй этаж» и коптят 2-... части ... ...з ч. Для горячего копчения подв... ...очень вкус... 1 сутки. Опилки заранее слегка ... кусок натира... ...ается копченое сало. Подгото... коптильни, ... перцем, вывешивают на 2-3 ... готовности в ...носят наверх и в холодном ... мелко поруб... примерно полутора суток. Пото... чесноком.

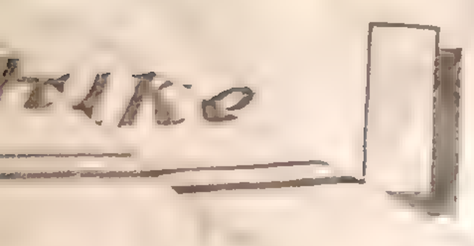


КОПТИЛЬНЯ В РАЗРЕЗЕ:
1 - труба; 2 - крышка; 3 - ручки; 4 - уголок; 5 - основание; 6 - электроплитка; 7 - таган; 8 - жиросборник...; 9 - сетка; ...

...ким ве-
...дом. Так, ре-
...салат, салат-
...выращивать
...огурца и то-

...продолжительность
...овощных куль-
...ой таре прово-
...посевы. Комнат-
...должен иметь свой
... Так, после снятия
...из-под них можно
...под цветную капус-
...ой капусты можно
...арный горох. а пос-
...ошо идет лук на

А. Лебедева



...ренная перегноем ого-
...ля. На ведро тако...сме-
...добавляют стакан ...не-

...я до пересадки рассаду
...вынимают из горшочка
...ожно, чтобы не повре-
... После пересадки рас-
...тают землей слоем 3
...появления новых кор-

тапочки. Предварительно сделайте выкройку из бумаги. Чтобы домашняя обувь стала наряднее, стачайте детали тапочек длинными стежками, применив для этого толстые яркие нитки.

● Лаковую обувь рекомендуют чистить разрезанной луковицей, а также протирать молоком и касторовым маслом.

● Лакированная обувь не коробится, если ее смазывать глицерином, вазелином или взбитым желтком.

● У спортивной обуви в язычке сделайте два надреза, через которые пропустите шнурки. При этом язычок не сползает вбок, и обувь выглядит опрятнее. Чтобы разрезы не разрывались дальше, их края следует прошить нитками.

● Увеличить срок носки сапог помогут стальные шарики, вдавленные в просверленные в каблуках отверстия глубиной и диаметром чуть меньше диаметра шарика. Таким способом, кстати, шипуются автомобильные покрышки. Шарики не уступают подковкам, а стук при ходьбе издают гораздо меньший.

● Затвердевшую кожу обуви можно смягчить, смазав ее касторовым маслом, а затем скипидарной краской или кремом для обуви.

● Неприятный запах обуви можно устранить, если помыть ее раствором марганцовки (5-6 кристалликов на 1 л воды) или протереть перекисью водорода.

● Потерявшие вид светлые туфли можно перекрасить в черный цвет, если натереть их разрезанной сырой картофелиной, затем смазать черным кремом «Пиримент» и выгистить до блеска бархоткой или щеткой. Время от времени окраску приходится повторять.

● Кожу старой обуви желтого, коричневого или красного цвета можно освежить, если хорошо натереть ее мягкой тряпочкой, смоченной в скипидаре с добавлением нескольких капель свежего молока, а после этого намазать кремом.

● Туфли из коричневой замши хорошо чистятся щеткой, смоченной в кофейной гуще. После просушивания почистите сухой щеткой.

● Натер... поношенной кожаной обуви значительно улучшится, если ...е цедрой апельсина.

● Не держать резиновую обувь в шкафу, где есть «Антимоль». Ре...

● Силь... от этого грубеет, а светлая, кроме того, теряет цвет.

...ели вытряхнувшая обувь высушивается за пятнадцать минут, ...ненные прикладывайте старые хлопчатобумажные носки, заполчтобы ...ой заполнили весь внутренний объем обуви.

● Вощую щетину сапожных щеток рекомендуют перио... ки прока... раствором нашатырного спирта.

...ности, где ...печное отопление, картофель облегчает трудоемкую операцию очистки дымохода от сажи. Для этого в печи периодически сжигают картофельные очистки. Влажный и терпкий пар от них размягчает сажу и производит очищающее действие...

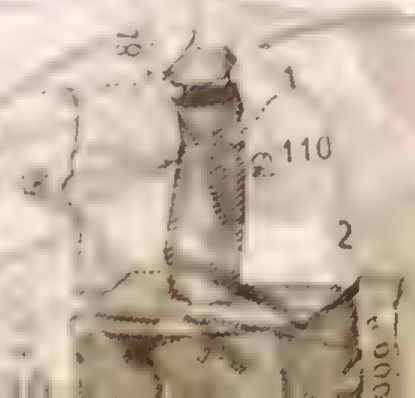
Дом-корабль

Слышал о доме в виде морского лайнера где-то под Москвой. Не расскажете ли о нем подробнее?

В. Шилов, Ставрополь

Романтичный образ корабля, сходящего со стапелей, навеяла автору речушка со старым мостиком, находящаяся в конце небольшого участка вытянутой конфигурации. Дом спроектирован под углом к центральной оси участка так, что этот живописный мостик виден из всех основных помещений. Характер заказчика и его потребности, любовь к природе и открытым пространствам позволили архитектору максимально «обратить» дом в окружающий ландшафт - окнами, открытыми террасами, стройными деревянными пилонами, заменяющими ограждающие конструкции. В доме есть зимний сад, тренажерный зал, большая кухня-столовая, в цокольном этаже - сауна с душем и бессейном, гараж на две машины.

Такова вилла г-на Иншако... в Подмосковье. Архитектор А. Корчагин, В. Величкин.



...ЭЛЕКТР...

...ители
констр...
Конструк...
(каркас)
квадра...
спер...

Инкубатор его

электроколпит...
...диной 1,2-2 мм.
...рено к корпусу. Дно ...
...ии. В получившемся коро...
...не короба с небольшим накло...
...то металла толщиной 0,75 мм.
...друга. Получилось нечто похожее
... шероховатой стороной кверху.
...а, стекающие по ее наклонной
...дают в поддон.
... крепятся трубки, на которые
... на уровне «первого этажа»
...ая, по периметру приладим
...аж» сооружения. Чтобы он

...ая перегнием ого-
...а ведро такой сме-
...авляют стакан дре-

... пересадки рассаду
...мают из горшочка
...о, чтобы не повре-
...сле пересадки рас-
...т землей слоем 3
...явления новых кор-
...рисыпают смесью.
...ают, если нижняя
...ажется вытянутой.
...а растения подвя-
...натянутым шпага-
... вокруг него сте-
...рмирования пуста
...ать рост боковых
...ипыванием. Цен-
..., добравшийся до
...правляют вниз.
...а достигнет
...ипывают.
...й нижней части-
... (без ...орезают

...ы следует отсто-
...комнатной темпе-
...ская переувлажне-
... не отмерли кор-
...лесообразно со-
...ормкой комплек-
...ными удобрения-
...есь) в концентра-
... Растение начи-
...ь через 60 дней
...мян.

...ния в комнате при-
... сорта и гибриды
...е могут мириться с
...ве... и продолжи-
...ость, причем без
...ами.

...мазать черным кремом «Пигмент» и ...
...кой или щеткой. Время от времени обувь ...
● Кожу старой обуви желтого, ...
можно освежить, если хорошо натереть ее ...
смоченной в скипидаре с добавлением ...
рюка, а после этого намазать ...
ко. Туфли из коричневой ...
кофейной гущи. ...
натер.

● Непоношенной кожаной обуви значительно улу...
мольи». Р... щедрой ...

● Силь... держать ...
если вов... ...
ченные пр... ...
чтобы носка... ...
● Волос запом... ...
ки проф... ...

ЭЛЕКТРОКОПТИЛЬНЯ

...знакомьтесь с Александром Корчагиным.

Читатели ... заинтересовал многих. А вот электрокоптильня ... конструкции ...

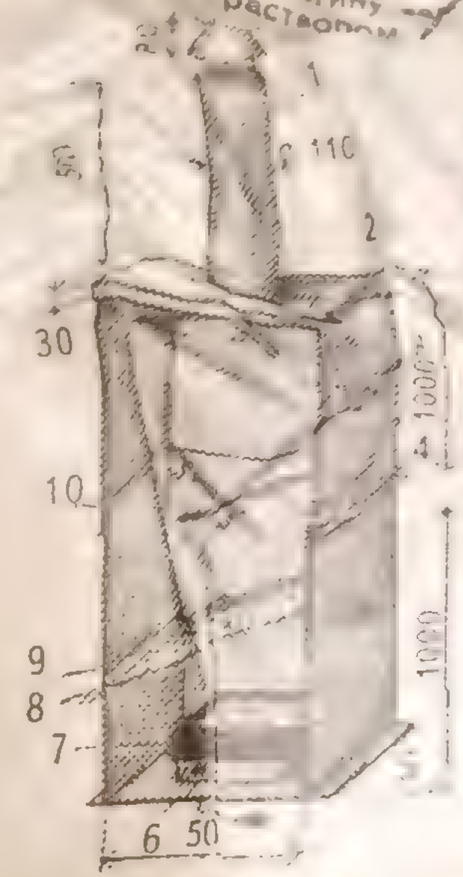
Конструкция из листового металла толщиной 1,2-2 мм. Основание (каркас) сделано из уголка 40-50 мм и приварено к корпусу. Дно закрыто квадратным листом с отогнутыми краями. В получившемся коробе спереди прорезается отверстие. В середине короба с небольшим наклоном устанавливается сетка из листового металла толщиной 0,75 мм. Отверстия - на расстоянии 25 мм друг от друга. Получилось нечто похожее на терку. Ее укрепляют внутри коптильни шероховатой стороной кверху. Через сетку пропускаем дым, а капли жира, стекающие по ее наклонной поверхности, через отводную трубку попадают в поддон.

В верхней части коптильни крест-накрест крепятся трубки, на которые на крючки подвешивают продукты. Снаружи на уровне «первого этажа» коптильни, чуть отступив от верхнего его края, по периметру приладим уголки, на которые устанавливаем «второй этаж» сооружения. Чтобы он плотно ...живался, он должен быть чуть больше «первого». Вытяжную трубу делаем из листового металла толщиной 0,5 мм.

На дно коптильни устанавливают электроплитку мощностью 1 кВт. Сверху на нее поставлен таган (короб по размеру плиты) из металла толщиной 4 мм. В таган насыпают опилки, мелкую стружку.

Электропитание к плите подходит через дно коптильни, где установлена распаечная колодка. При холодном копчении мясо, сало или рыбу, посоленные в рассоле, вывешивают на «второй этаж» и коптят 2-3 дня, подкладывая в таган опилки каждые 2-3 ч. Для горячего копчения подвешивают в нижней части и коптят примерно сутки. Опилки заранее ...тка смачивают водой.

Очень вкусным получается копченое сало. Подсоленный в рассоле кусок натирают красным перцем, вывешивают на ... нижнюю часть коптильни, потом переносят наверх и в холодном дыму доводят до готовности в течение примерно полутора суток. Потом посыпают его мелко порубленным чесноком.



КОПТИЛЬНЯ В РАЗРЕЗЕ:
1 - труба; 2 - крышка; 3 - ручка; 4 - уголок; 5 - основание; 6 - ...; 7 - таган; 8 - ...; 9 - сетка; ...

КРУГЛЫЙ ГОД

РАСТОРОПША

Лекарственные растения прошли тысячелетний клинический эксперимент на человеческих жизнях, опыт лечения травами собирался целителями по крупицам и передавался из поколения в поколение. О них слагались легенды. В одном из преданий говорится, что больной человек часто ходил в церковь и молил Бога послать ему исцеление. Возвращаясь домой, он спотыкался о растущую на дорожке колючку и всячески проклинал ее. Пока однажды ночью во сне Дева Мария не указала ему на эту колючку как на спасение. Не поверил в сон этот человек, вырвал растение, но семенами все же лечился для интереса. И, на удивление всем жителям, поправился быстро.

Как же стал он горевать о таком ценном растении! Но упавшие в землю семена дали всходы, и, хоть опять на дорожке, но теперь люди их огородили, берегли и охраняли. «Подарок мой найдешь у порога своего», - сказала ему Дева Мария.

Подарок оказался очень колючим - это была расторопша. И видно, не зря люди с такой любовью, преклонением и благодарностью назвали ее «подарком Девы Марии». Это ли не лучшая из реклам!

А лечили ею еще со времен Клавдия Галена, причем тяжелейшие недуги. Она считается сильнейшим лекарственным средством по лечению болезней печени: гепатита, желтухи и ее осложнений, цирроза, поражений печени от лекарств, алкоголя и радиации. А так же холецистита, болезней селезенки, щитовидки, отеков, водянки, ожирения. Отваром корней лечат радикулит и суставные боли. Соком - болезни желудочно-кишечного тракта. Достаточно было бы только сказать, что именно из ее семян сделаны известные всему миру болгарские таблетки «карсил», а также «силибор», «мариакон» и настойка «холелитин».

Родина расторопши - атлантическое побережье Европы. В основном - это однолетнее растение из семейства сложноцветных. Куст достигает высоты 150 см. Она декоративна - как будто огромная медуза присела отдохнуть на грядке. Нижние листья образуют розетку, они крупные, волнистые, блестящие, темно-зеленые с перламутровыми белыми разводами, с длинными желтыми колючками по краям, на стеблях и цветках. Цветоносы - высокие, цветки трубчатые, лилово-малинового или ярко-розового цвета, собраны в крупные корзинки.

В гостях у травника

При посадке весной свои семена дает уже осенью. В холодных регионах ее можно посадить рассадой или в теплице. Сажают семена на глубину 2 см через 35-40 см. Перед посадкой землю вскапывают на глубину 20 см, вносят 3-4 кг компоста или перегноя, 40-60 г полного минерального удобрения, 1 стакан древесной золы на 1 кв.м.

Место лучше выбрать солнечное, чтобы крупнее были корзинки цветов. Но хорошо растение переносит и полутень. Уход заключается в рыхлении, прополке, поливе раз в 10-14 дней.

О.В. Климова

РАСТОПЫРЬ

В поисках народной зеленой аптеки водяной перец числится с глубокой древности. В народе это однолетнее травянистое растение называют брыленой, женской травой, горчаком, чередником, лесной горчицей, растопырем.

Водяной перец имеет ветвистые красноватые стебли высотой до 70 сантиметров. По силе кровоостанавливающего действия при внутренних кровотечениях трава водяного перца не уступает знаменитому канадскому гидрастису (желтокорню).

Для лекарственных целей используют всю надземную часть горца перечного. Собирают траву во время цветения до покраснения стеблей. Растения с сильно покрасневшими стеблями собирать не следует. Срезают горец перечный на высоте 15-20 сантиметров от поверхности земли или скашивают косой, оставляя нетронутыми несколько растений. Собранное сырье сушат немедленно после сбора, раскладывая тонким слоем под навесом в проветриваемом помещении или в сушилках при температуре 50-60°. При медленной сушке трава чернеет. Сухое сырье должно иметь не более 2% пожелтевших листьев и стеблей. Хранят сухую траву в хорошо упакованном виде, в сухом прохладном месте не более 2 лет.

В траве водяного перца содержатся флавоноиды, дубильные вещества, органические кислоты, полисахариды, соли марганца, магния, титана, серебра, витамины А, С, Д, Е, К.

Из резаной сушеной травы в домашних условиях нетрудно приготовить настой: 20 граммов (2 столовые ложки) травы заливают 200 миллилитрами (1 стакан) горячей кипяченой воды и нагревают на водяной бане 15 минут. Охлаждают при комнатной температуре в течение 45 минут, процеживают. Оставшееся сырье отжимают. Объем полученного настоя доводят кипяченой водой до 200 миллилитров. Приготовленный настой можно хранить в прохладном месте не более 2 суток. Принимают по 1/3 стакана 3-4 раза в день до еды как кровоостанавливающее средство.

Неопытные сборщики очень часто заготавливают по ошибке другие виды горца - шероховатый, малый, почечуйный. Они растут вместе с водяным перцем, внешне сходны с ним, но в медицине не используются. Надо иметь в виду, что только листья и стебли водяного перца в свежем виде жгучи на вкус.

Т.Д.Рендюк, кандидат фармацевтических наук

Пустырника куст - не пуст!

Если вас пичаливают неврозы ни с того ни с сего

Настойки на водке и заварочные чаи готовят из высушенной и све-

Являясь ценной пищевой культурой, тыква широко применяется в медицине. Мякоть ее плодов содержит много каротина. В ней обнаружены витамины С, группы В, никотиновая, кремниевая, фосфорная и другие кислоты, а также калий, кальций, магний, железо. Мякоть тыквы действует как мочегонное средство, вызывает интенсивное выделение почками хлора. Ее рекомендуют при болезнях печени и почек. Но наиболее широко используют семена тыквы. Их назначают при заболеваниях мочеполовых органов, а также против различных ленточных глистов - бычьего, свиного и карлико-

...тилетний клинический эксперимент на человеческих жизнях, опыт лечения травами собирался целителями по крупицам и передавался из поколения в поколение. О них слагались легенды. В одном из преданий говорится, что больной человек часто ходил в церковь и молил Бога послать ему исцеление. Возвращаясь домой, он спотыкался о растущую на дорожке колючку и всячески проклинал ее. Пока однажды ночью во сне Дева Мария не указала ему на эту колючку как на спасение. Не поверил в сон этот человек, вырвал растение для устрашения всем жителям, поправился быстро.

Как же стал он горевать о таком ценном растении! Но упавшие в землю семена дали всходы, и, хоть опять на дорожке, но теперь люди их огородили, берегли и охраняли. «Подарок мой найдешь у порога своего», - сказала ему Дева Мария.

Подарок оказался очень колючим - это была расторопша. И видно, не зря люди с такой любовью, преклонением и благодарностью назвали ее «подарком Девы Марии». Это ли не лучшая из реклам!

А лечили ею еще со времен ...

...дает уже осенью. В холодных регионах ее можно посадить рассадой или в теплице. Сажают семена на глубину 2 см через 35-40 см. Перед посадкой землю вскапывают на глубину 20 см, вносят 3-4 кг компоста или перегноя, 40-60 г полного минерального удобрения, 1 стакан древесной золы на 1 кв.м.

Место лучше выбрать солнечное, чтобы крупнее были корзинки цветов. Но хорошо растение переносит и полутень. Уход заключается в рыхлении, прополке, поливе раз в 10-14 дней.

О.В. Климова

...аптеки водяной перец числится с глубокой древности. В народе это однолетнее травянистое растение называют брыленой, женской травой, горчаком, чередником, лесной горчицей, растопырем.

Водяной перец имеет ветвистые красноватые стебли высотой до 70 сантиметров. По силе кровоостанавливающего действия при внутренних кровотечениях трава водяного перца не уступает знаменитому канадскому гидрастису (желтокорню).

...но более ... стакана 3-4 ... кровоостанавливающ...

Неопытные сборщи... то заготавливают по ош... виды горца - шерохова... почечуйный. Они растут вместе с водяным перцем, внешне сходны с ним, но в медицине не используются. Надо иметь в виду, что только листья и стебли водяного перца в свежем виде жгучи на вкус.

Т.Д.Рендюк, кандидат фармацевтических наук

Пустырника куст - не пуст!

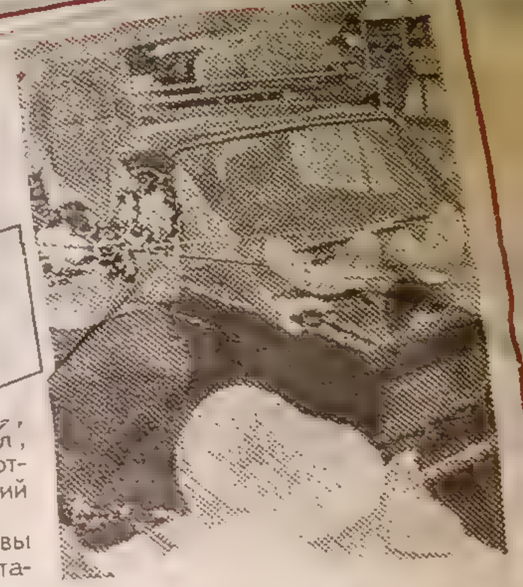
Если у вас пошаливают нервишки, ни с того ни с сего начало покалывать сердечко, легкое недомогание (что-то типа лени!), на перемену погоды начала болеть голова, если через три-пять минут при перекопке огорода началась сердечная или бронхиальная одышка, если у вас не все в порядке с мочевым пузырем и молокоотдачей - выпейте 30 капель настойки пустырника на водке или столовую ложку пустырникового чая - ей-богу, почувствуете себя лучше!

Растет он повсеместно: на обочине дорог, на границах дачных участков, на кучах мусора и старого перегноя. Если же не знаете его «в лицо», спросите у соседей по даче, посмотрите цветную вкладку в книге «лекарственные травы». Похож он на глухую крапиву: четырехгранный высокий и довольно толстый стебель, округлые пятираздельные нижние и трехраздельные верхние листья; в пазухах листьев - мелкие, невзрачные белорозовые цветы; все растение густо ...ушисто.

Настойки на водке и заварочные чаи готовят из высушенной и свежей травы пустырника: 100 г (6 стол. ложек) свежей или 20 г (3 столовых ложки) высушенной и измельченной травы заливают стаканом водки и в герметичной посуде недолго настаивают в холодильнике. Принимают по 30-40 капель 3 раза в день после еды, либо столько же при подготовке к тяжелой физической работе; 50 г (3 стол ложки) свежей или 10 г (2 стол ложки) высушенной травы пустырника заливают стаканом кипятка, на плите доводят до кипения, ставят на «водяную баню» на 45-60 минут, настаивают 3 часа, отнимают, фильтруют и принимают по столовой ложке 3-4 раза в день или столько же перед тяжелой физической работой. Собирают пустырник во время цветения, в мае-августе. Сушат в тени, на сквозняках, на чердаках, связанными в пучки, либо там же рассыпанным на решетках, сетках. Он не ядовит, ... если у вас язва или гастрит, начинайте принимать его осторожно - может случиться обострение!

В. Васильков

По Авиценне - бесценна



Являясь ценной пищевой культурой, тыква широко применяется и в медицине. Мякоть ее плодов содержит много каротина. В ней обнаружены витамины С, группы В, никотиновая, кремниевая, фосфорная и другие кислоты, а также калий, кальций, магний, железо. Мякоть тыквы действует как мочегонное средство, вызывает интенсивное выделение почками хлора. Ее рекомендуют при болезнях печени и почек. Но наиболее широко используют семена тыквы. Их назначают при заболеваниях мочеполовых органов, а также против различных ленточных глистов - бычьего, свиного и карликового цепней, широкого лентеца. Основное преимущество семян тыквы перед другими антигельминтными препаратами (эфирный экстракт мужского папоротника, ... фенасал, ... аминоакрихин) отсутствие противопоказаний и токсического действия.

Антигельминтное действие семян тыквы обусловлено наличием в них кукурбитина, в них содержатся алкалоиды, гликозиды, смолы, эфирное масло, ... точно редкой аминокислоты. Кроме того, в ... амины Е, группы В, фитостерин кукурбитон, горечь кукурбитацин. Однако широкому использованию семян в медицинских целях препятствует отсутствие удобной лекарственной формы.

Ценный продукт и тыквенное масло, получаемое из семян. Его противовоспалительные свойства были описаны еще Авиценной. Имеются данные о том, что масло семян тыквы, в состав которого входят пальмитиновая, стеариновая, линолевая, арахидоновая кислоты, - эффективное средство против воспаления предстательной железы.

Владельцам садовых участков можно порекомендовать выращивать такие сорта тыквы: большая, твердокорая мускатная. Заготавливать семена для домашней аптеки лучше в начале осени. Их просушивают в хорошо проветриваемом помещении, хранят в картонных коробках в сухом месте.

Шире используйте в своем рационе мякоть тыквы. Блюда из нее - каши, пюре, оладьи - не только полезны, но и вкусны!

О.В. Нестерова, провизо...

В блокнот цветоводов

«Страсти»

...зывают в народе страсцветок исцеляющий от хандры. Он принесет вам покой и глубокий сон без каких-либо неприятных побочных явлений. Страстоцвет вам ...

...ЯТЬ И РАДУЮТ ГЛАЗ

...МАХРОВЫЙ ...ЩИТНИК

...ных целей (вели... лучше все... ...е махро... Сеют ...ни...

...ФИАЛКА

Иван-да-Марья ценится как эффективное отхаркивающее смягчающее средство при бронхитах, ангинах, пневмонии. Не менее известна фиалка как мощное и противовоспалительное средство,

ловой ложке 3-4 раза в день или столько же перед тяжелой физической работой. Собирают пустырник во время цветения, в мае-августе. Сушат в тени, на сквозняках, на чердаках, связанными в пучки, либо рассыпанным на решетках, ... не ядовит, однако же ... или горит, начинают ... его осторожно - ... растение!

В. Васильков

Ценный продукт и тыквенное масло, получаемое из семян. Его противовоспалительные свойства описаны еще Авиценной. Имеются данные, что масло семян тыквы, в состав которого входят пальмитиновая, стеариновая, ... линоловая кислоты, - эффективное средство против воспаления предстательной железы.

Владельцам садовых участков можно порекомендовать выращивать такие сорта тыквы: большая, твердая, мускатная. Заготавливать семена для домашней аптеки лучше в начале осени. Их просушивают в хорошо проветриваемом помещении, хранят в картонных коробках в сухом месте.

Шире используйте в своем рационе мякоть тыквы. Блюда из нее - каши, пюре, оладьи - не только полезны, но и вкусны!

О.В. Нестерова, про...

ИСЦЕЛЯЮТ И РАДУЮТ ГЛАЗ

«ЦВЕТОК СТРАСТИ»

Так называют в народе страстоцвет, исцеляющий от хандры. Он принесет вам покой и глубокий сон без каких-либо неприятных побочных явлений. Страстоцвет вам просто необходим, если у вас наблюдается переутомление или если сильное напряжение от умственной деятельности мешает спокойному сну. Также он полезен при менопаузе, так как помогает вам контролировать ваше нервное состояние. Нет привыкания.

ПИЖМА

Цветочные корзинки пижмы издавна применяются в качестве глистогонного средства. Известно о желчегонном, жаропонижающем и антисептическом действии пижмы. Цветки пижмы можно использовать в качестве горечи для возбуждения аппетита. Наружно пижма применяется для ванн и компрессов при воспалениях суставов, болях в стопах, ушибах, вывихах в виде теплого настоя, приготовленного из расчета 5 г цветков на 1 стакан кипятка. Цветки, листья и стебли пижмы обладают хорошими инсектицидными свойствами, их используют против клопов и тараканов.

ФИАЛКА

Иван-да-марья ценится как эффективное отхаркивающее и смягчающее средство при бронхитах, ангинах, пневмонии. Не менее известна фиалка как мочегонное и противовоспалительное средство, применяемое при заболеваниях мочевого пузыря и почекаменной болезни. Смесь равных количеств фиалки и черды под названием «Аверин чай» используется в народе для лечения диатеза у детей. 1 стол. ложку смеси заваривают в стакане кипятка и пьют 3-4 раза в день по 1 стол. ложке. Одновременно из настоя можно делать ванночки и примочки.

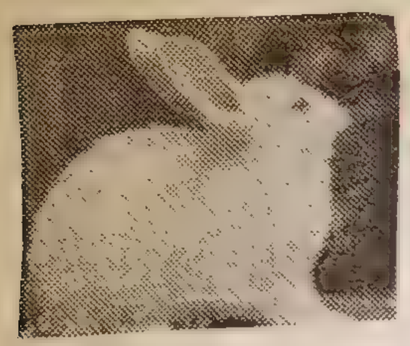
МАХРОВЫЙ ЗАЩИТНИК

Для лекарственных целей (великолепный антисептик!) лучше всего выращивать на участке махровые ноготки /календулу/. Сеют их весной, они хорошо гармонируют с другими растениями и цветут до самой осени.

Большую помощь оказывают ноготки и в защите участка от вредителей.

СЪЕДОБНЫЕ ЦВЕТЫ

Говорят, в Японии широко распространены блюда из хризантем, лепестков роз и даже цветков священной сакуры. Почти в каждое блюдо там добавляют гвоздику или отвар из гранды, а особой популярностью пользуются салаты из цветочных лепестков.



Серый великан плюс шиншила

ВМЕСТО килограмма свинины - сорок килограммов крольчатины?

Да, можете получить (причем, диетического мяса!), если купите двухмесячных крольчат (его и ее) у разных продавцов (чтобы не было близкородственного скрещивания). Лучшие породы для дачного разведения - советская шиншила и серый великан. Достигают 5-6 кг в живом весе. Выход мяса 55-60%. Самки в среднем приносят 7-8 крольчат в помете через каждые два месяца, но не более трех за теплый (дачный) период года. Молодых самок-шиншил пускают в случку в 4-5 месяцев, а самок серого великана в 5-5,5 мес., при достижении живого веса 3-3,5 кг, и это в том случае, если проводится полноценное кормление. В нашем случае эти сроки немного удлинятся (на 0,5-1 мес.), т.к. мы будем рекомендовать более экономный ~~[illegible]~~ преобладанием в рационе подножного (дачного) корма, но об этом - в следующих номерах.

КРОЛЬЧАТНИК

Домашняя ферма

Рекомендуем вам методы бесклеточного содержания. Их два.

Первый - совмещенные удобства.

На вашем огороде выделяется участок произвольной величины из расчета 5 кв. м на кролиматку. По периметру участка роется траншея глубиной 70 см и шириной 30 см. В эту траншею опускаются бывшие в употреблении листы асбошифера, металлическая сетка, кровельное железо и засыпается землей, в крайнем случае можно ее забутить рваным камнем, но в этом случае камни не должны быть менее 8-9 см, а щели между ними - 3-4 см. По верху траншеи делается забор высотой 120 см из шифера, сетки, с ячейкой не более 3 см, но не дощатый и жердевой - могут прогрызть и убежать. На этот участок выпускают кулленных крольчат (его и ее), но не более пяти самок на одного самца. Они сами себе сделают норы, определят себе места туалетов, кладбищ. Глубину нор (обычно это глубина промерзания земли зимой), площадь спален, площади родилен подскажет им их инстинкт. Но можно им и помочь. В центре участка, на возвышенности (для лучшего стока дождевой воды) делаются ямки глубиной 40-50 см, это будет им начало нор. Корм и воду можно подавать непосредственно через сетку, либо устроить им отдельное огороженное ясельное отделение. Отлов кроликов в этом случае делают вдвоем, днем. Заготавливают квачи (затычки для нор). Один человек с ними становится в месте, противоположном от места кормления. Другой насыпает в кормушки пищу, дает воды. Столоваться вылезают все, даже месячные крольчата. И как только те приступят к трапезе, затыкают квачам норы и с помощью сетки или накидки отлавливают молодых и взрослых особей. Молодых самцов, старше 3-х месяцев, отлавливать необходимо регулярно, иначе между ними начнутся самцовые драчки с вырыванием половых органов и близкородственные скрещивания, что очень негативно сказывается на последующем росте. В этом возрасте их необходимо кастрировать для будущего интенсивного откорма либо реализовывать на биофабрику и в институт вакцин.

Второй метод - против воров.

Сейчас поймете, почему. Роется яма глубиной 2-2,5 м с очень крутыми откосами (5:1; 5:1,2) для того, чтобы кролик не смог выбраться на «волю» и для того, чтобы стенки ямы не оползали при избыточном увлажнении. В эту яму опускают крольчат - его и ее. Там они сами себе сделают норы, но когда повзрослеют, могут попытаться выбраться «на волю», для чего будут продолжать свои норы примерно под углом в 45°. Для того, чтобы они не убежали к «соседу» так же, как и при первом методе, устраиваются траншеи с креплениями и забор. В этом случае месторасположение траншеи определяется следующим образом. В нижней части ямы кролики делают горизонтальные норы-лежанки и норы-родильни примерно полутораметровой длины. К этой длине необходимо добавить заложенные наклоны норы, т.е. при глубине 2,5 м это составит - 1,5+2,5=4 м. Это - то расстояние, на котором должна рыться траншея от верхней стенки ямы.

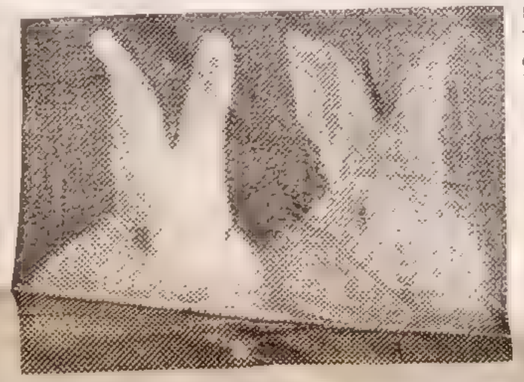
Подача корма и воды производится подъемными (на веревке или бечевке) кормушками и поилками, сено и траву просто бросают в яму.

На убой кролики отлавливаются в яме с помощью удавки, а для ведения кастрации - с помощью шнуровочной сетки или сумки. Вот почему все эти принадлежности нужно иметь ворам, да и удавку ночью на кролика не накинешь.

При бесклеточном содержании кролики меньше болеют. Во-первых, в норах у них постоянная положительная температура и влажность, отсутствуют сквозняки и переносимые ветром и домашними животными инфекции. Во-вторых, в глинистых норах молодые и взрослые особи находят себе почти что все необходимые минеральные добавки. В-третьих, кролики в этих ямах могут содержаться и зимой, если вы сделаете замыкающийся оголовок на эту яму, а сено, воду и зернофураж можно давать и раз в неделю, но в больших количествах. К недостаткам этих методов необходимо отнести неудобства работы с поголовьем. И, конечно, хотя бы раз в месяц вы по лестнице должны спускаться в яму для чистки навоза, рассыпанных и недоеденных кормов.

О кормах, кормушках, поилках и убое кроликов мы поговорим в следующих номерах газеты.

В.Васильков



НУТРИИ - ВОВНУТРЬ

ЕСЛИ вы захотели иметь выгоду от разведения нутрий, вот несколько ... кормлению.

можно обходиться без них. Дают в незначительном количестве зимой сено - один или два раза в неделю по 150-300 г в среднем ... мучную муку. И

Большинство кормов можно выращивать непосредственно в хозяйстве, значительно удешевляя стоимость кормления. Можно также использовать и различные ... достатке необходима и для избежания перегрева в жаркое время года. Как правило, летом вода нутриям предоставляется и для питья, и для купания.

Это забавно

Биополе чудес

Главная задача генетики - не создание экзотических монстров, а удовлетворение растущих жизненных потребностей человечества. Японцам удалось создать помидорные деревья. Они плодоносят круглый год, урожай собирают по нескольку центнеров с одной ветки. Это ли не решение продовольственной проблемы? Они вывели бактерии-очистители всяких вредных выбросов. Не нужны громоздкие дорогостоящие очистные сооружения. Более того, многие ученые считают, что нынешние «железные» технологии, компьютеры, ЭВМ ведут в тупик: потребляют очень много ресурсов и сильно разрушают природную среду, плохо влияют на человека. Сейчас речь идет о создании биологических технологий, компьютеров, машин. Перспективы, которые откроются перед человечеством с их появлением, грандиозны.

Чтобы накормить человечество...

Во Франции Жаком Равтином уже созданы хрональные генераторы, которые, воздействуя на биополе растений, ускоряют их рост и созревание в 10 раз. Не на этом ли пути лежит одно из решений задач и по обеспечению человечества продовольствием?

Живородящее каланхое

Это растение отличается оригинальным способом вегетативного размножения - «живорождением»: из каждой зазубринки листа образуются маленькие молодые растения, которые остаются на ... укореняются ...

В калан...

...ный (дачный) период года. Молодых самок-шиншил пускают в случку в 4-5 месяцев, а самок серого великана в 5-5,5 мес., при достижении живого веса 3-3,5 кг, и это в том случае, если проводится полноценное кормление. В нашем случае эти сроки немного удлинятся (на 0,5-1 мес.), т.к. мы будем рекомендовать более экономный уход с преобладанием в рационе подножного (дачного) корма, но об этом - в следующих номерах.

...центре участка, на возвышенности ...ю им и помочь. В ...бы кролик не ...ся на «волю» и для того, чтобы стенки ямы не оползали при избыточном увлажнении. В эту яму опускают крольчат - его и ее. Там они сами себе сделают норы, но когда повзрослеют, могут попытаться выбраться «на волю», для чего будут продолжать свои норы примерно под углом в 45°. Для того, чтобы они не убежали к «соседу» так же, как и при первом методе, устраиваются траншеи с креплениями и забор. В этом случае месторасположение траншей определяется следующими факторами: кролики в этих ямах могут содержаться и зимой, если вы сделаете замыкающийся оголовок на эту яму, а сено, воду и зернофураж можно давать и раз в неделю, но в больших количествах. К недостаткам этих методов необходимо отнести неудобства работы с поголовьем. И, конечно, хотя бы раз в месяц вы по лестнице должны спускаться в яму для чистки навоза, рассыпанных и недоеденных кормов.

О кормах, кормушках, поилках и убое кроликов мы поговорим в следующих номерах газеты.

В.Васильков

НУТРИИ - ВОВНУТРЬ

ЕСЛИ вы захотели иметь выгоду от разведения нутрий, вот — несколько советов по их кормлению. Ведь на корма приходится более половины от себестоимости шкурки.

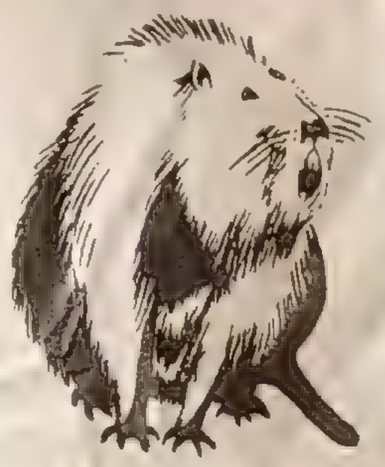
Эти животные хорошо едят и переваривают сочные корма, хотя, конечно, можно и совсем обходиться без них. В то же время силосованные корма для нутрий малопригодны, они их едят мало и плохо переваривают.

Самую низкую питательность имеют богатые клетчаткой грубые корма - сено, сенаж, солома и особенно древесные ветки. Их перевариваемость ниже в 1,5-2 раза. В основном эти корма зверьки не столько едят, сколько перетирают, стачивая зубы. При сбалансированном кормлении можно обходиться без них. Дают в незначительном количестве зимой сено - один или два раза в неделю по 150-300 г в среднем на голову, либо травяную муку. И несколько больше соломы на подстилку.

Для обогащения рационов витаминами и микроэлементами, особенно при содержании нутрий в закрытом помещении, следует давать витаминную и минеральную подкормку (премиксы) из расчета 200-250 г на 100 кг комбикорма. В среднем на каждого взрослого зверя должно приходиться порядка 400-450 г корма. Беременным самкам рацион увеличивают постепенно, примерно на 20% ко времени родов. Увеличивают количество кормов и лактирующим самкам из расчета около 10% на каждою щенка и на каждую декаду лактации.

Большинство кормов можно выращивать непосредственно в хозяйстве, значительно удешевляя стоимость кормления. Можно также использовать и различные отходы, нутрии очень охотно поедают пищевые остатки. Племенным животным не следует давать много хлебных и жирных отходов пищи, это может привести к ожирению и как следствие - снижению продуктивности.

Зверьки берут корм передними лапами и много его теряют. Для уменьшения потерь корм кладут в специальные лотковые или бункерные металлические кормушки. Надо учитывать, что по своей природе - это полуводные зверьки. Вода им нужна не только для питья, но и для купания. После купания нутрии усердно расчесывают свой мех, что способствует улучшению его качества. Вода в достатке необходима и для избежания перегрева в жаркое время года. Как правило, летом вода нутриям предоставляется и для питья, и для купания.



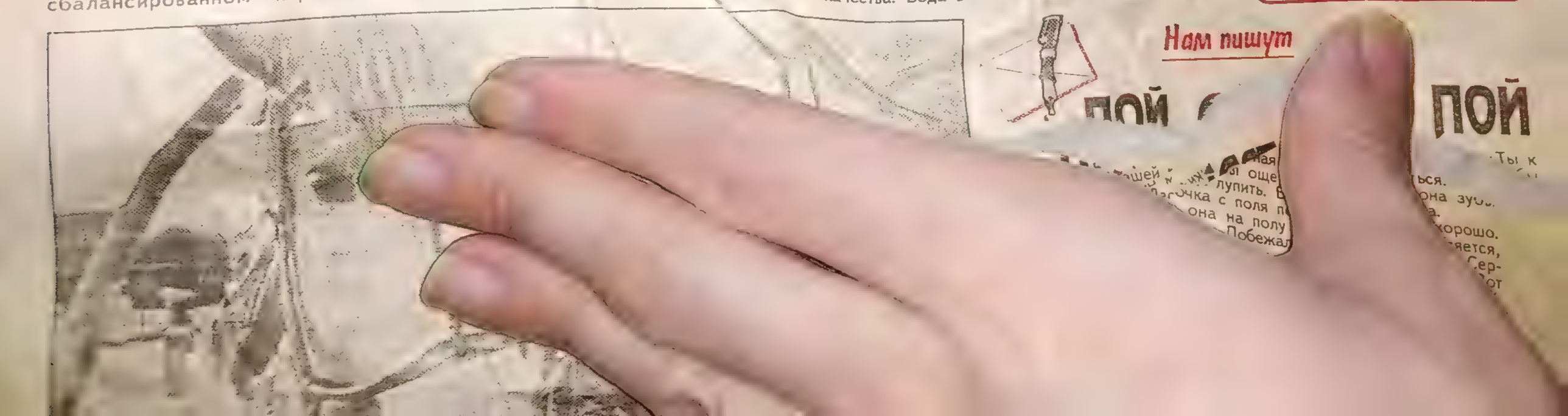
Накормить человечество...

Во Франции Жаком Равтином уже созданы хроральные генераторы, которые, воздействуя на биополе растений, ускоряют их рост и созревание в 10 раз. Не на этом ли пути лежит одно из решений задач и по обеспечению человечества продовольствием?

Живородящее каланхое

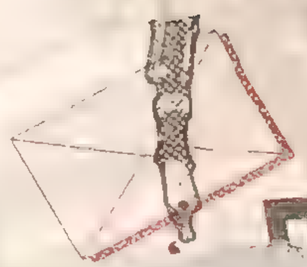
Это растение отличается оригинальным способом вегетативного размножения - «живорождением»: из каждой зазубринки листа образуются маленькие молодые растеньица, которые осыпаются, быстро укореняются и трогаются в рост.

В каланхое обнаружены флавоноиды, дубильные вещества, полисахариды, органические кислоты и минеральные элементы. Его сок обладает ярко выраженным противовоспалительным действием, уничтожает бактерии, подавляет вирусы. Особенно эффективен он при тонзиллите, пародонтозе и стоматите. Ценным качеством сока каланхое является способность восстанавливать нарушенные ткани - его используют для заживления ран, лечения ожогов и обморожений. Также сок рекомендуют кормящим матерям - для заживления трещин сосков.



роде - это полуводные зверьки. Вода им нужна не только для питья, но и для купания. После купания нутрии усердно расчесывают свой мех, что способствует улучшению его качества. Вода в

зуют для ... чения ожогов и ... Также сок рекомендуют мящим матерям - для заживления трещин сосков.



Нам пишут

ПОЙ ... ПОЙ

ПОЛА ЛАСТОЧКА

Поначалу была у нашей кобылки дурная привычка - кусаться. Ней с ласковым словом, а она зубы ощеривает. И когда она зубы показывала, я стала ее по морде лупить. Быстренько отучила.

Один раз пришла моя Ласточка с поля понурая, но поела хорошо. Утром захожу в конюшню, а она на полу кверху ногами валяется, стонет, живот ей вспучило. Колики. Побежала к врачу - Николаю Сердюкову. Он на молочной ферме работает и тоже лошадь держит. Вот он мне помог, так помог. «Ты ее, - говорит, - водой облей холодной, чтобы вся мокрая была». «Да что ты, - удивилась я, - она же вся дрожит». «Ничего, пусть, - заключил, - дрожит, у меня у самого сколько раз так было, очень помогает». Рискнула. Вывела лошадь во двор, а она на ногах не стоит, валится. Облила ее и еще мокрую тряпочку поверх положила. Чуть обсохнет, опять поливаю. Через час моя Ласточка встала, а к вечеру уже бегала.

А один раз кобылка объелась пшеницей. Сорвалась с привязи, сдвинула с бочки крышку и ведра полтора умяла, пока я не увидела это безобразие. Мне посоветовали сразу погонять ее. Я два часа заставляла ее то галопом, то рысью. И правда, ничего не случилось, только газы выходили и мокрая была как лягушка.

И вот наступила зима. Пора в бричке заезжать. Своей нет, так я пошла к соседу, у него и бричка-двуконка, и бидарка есть двухколесная. Сразу и поехали, безо всякого, учить не пришлось. В первый же день отправились в поле за соломой. Через день за сеном съездили. Так и пошла работа: и за дровами, и за пшеничной шелухой на мельницу, и за соломой в поля.

Тяжеловато, конечно, содержать такое хозяйство одной лошадь, корова, поросенок, нутрии, птица. Надо бы мужскую силу, да что-то ныне трудно даже в селе найти работящих мужчин, не хотят хозяйством заниматься. Вот и радуюсь каждый день, что кобылка есть, выручает.

И.Ильина,

Ставропольский край, с. Архангельское

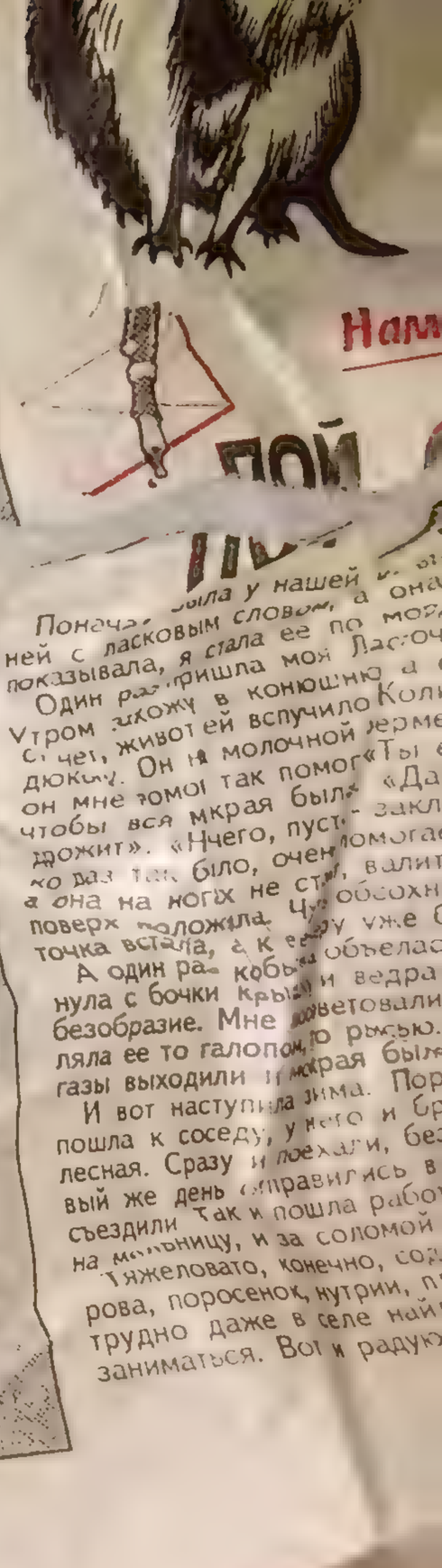
обходиться без них. В то же время силосованные корма для нутрий малопригодны, они их едят мало и плохо переваривают.

Самую низкую питательность имеют богатые клетчаткой грубые корма - сено, сенаж, солома и особенно древесные ветки. Их переваримость ниже в 1,5-2 раза. В основном эти корма зверьки не столько едят, сколько перетирают, стачивая зубы. При сбалансированном кормлении

особенно при содержании нутрии в закрытом помещении, следует давать витаминную и минеральную подкормку (премиксы) из расчета 200-250 г на 100 кг комбикорма. В среднем на каждого взрослого зверя должно приходиться порядка 400-450 г корма. Беременным самкам рацион увеличивают постепенно, примерно на 20% ко времени родов. Увеличивают количество кормов и лактирующим самкам из расчета около 10% на каждого щенка и на каждую декаду лактации.

нию пр[illegible]

Зверьки берут [illegible] лапами и много его теряют. Для уменьшения потерь корм кладут в специальные лотковые или бункерные металлические кормушки. Надо учитывать, что по своей природе - это полуводные зверьки. Вода им нужна не только для питья, но и для купания. После купания нутрии усердно расчесывают свой мех, что способствует улучшению его качества. Вода в



Нам

ПОЙ

Поначал[illegible] была у нашей [illegible] ней с ласковым словом, а она показывала, я стала ее по мор[illegible]

Один раз пришла моя Ласточ[illegible] Утром захожу в конюшню а [illegible] Считай, живот ей вспучило Кол[illegible] дюкову. Он на молочной ферме [illegible] он мне помог так помог «Ты [illegible] чтобы вся мкрая была [illegible] «Да[illegible] дрожит». «Ничего, пусть - закл[illegible] ко раз так біло, очень помога[illegible] а она на ногах не ст[illegible], валит[illegible] поверх положила. Ч[illegible] обсохн[illegible] точка встала, а к е[illegible] уже [illegible]

А один раз кобыла объелась [illegible] нула с бочки крыш[illegible] и ведра [illegible] безобразие. Мне посоветовали [illegible] ляла ее то галопом, то рысью. [illegible] газы выходили и мкрая был[illegible]

И вот наступила зима. Пор[illegible] пошла к соседу, у него и бр[illegible] лесная. Сразу и поехали, без[illegible] вый же день отправились в [illegible] съездили. Так и пошла работ[illegible] на мельницу, и за соломой [illegible] Тяжеловато, конечно, со[illegible] рова, поросенок, нутрии, п[illegible] трудно даже в селе най[illegible] заниматься. Вот и радую[illegible]

КРУГЛЫЙ ГОД

АНКЕТА ЧИТАТЕЛЯ

Дорогие друзья!
В первые дни нового года для повышения качества газеты «Круглый год: дом, сад, огород» и увеличения читательского спроса мы решили провести экспресс-анкетирование. Мы хотим, чтобы газета «КГ» стала интереснее, полезнее и пришлась по душе всем нашим читателям. Будем искренне признательны всем, кто заполнит анкету и пришлет ее в наш адрес.

1. Ваш возраст _____ 2. Род занятий _____
3. Какие материалы представляют для вас наибольший интерес?
_____
4. Как вы оцениваете качество материалов, опубликованных в нашей газете?
хорошее среднее низкое
Ваши предложения по улучшению издания _____
_____
5. Нужна ли, на ваш взгляд, публикация телевизионных программ?
_____
6. Как вы относитесь к рекламе на страницах «КГ»?
_____
7. Устраивает ли вас выход «КГ» один раз в две недели?
По возможности, внесите ваши предложения.
_____
8. Другие замечания или пожелания _____
_____

При желании вы можете указать:
Фамилию, имя, отчество
Место работы
Адрес

Мы очень любим разгадывать ребусы и шарады. А этот кроссворд о животных мы придумали сами.

Яна Бутринович и ее папа, г. Йошкар-Ола

Разгадать кроссворд поможет картинка.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 2. Назовите мишку, обучавшего Маугли-мальчишку. 5. Квохчет, детей созывает, всех под крыло собирает. 7. «Приплыла к нему... спросила: «Чего тебе надобно, старче?». 8. Рыжая хозяюшка из лесу пришла, всех кур пересчитала и с собой унесла. 9. Серовато, зубовато, по полю рыщет, овец ищет.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Что за рыба Каракула правым глазом подмигнула? 2. «Уронили мишку на пол, оторвали мишке лапу. Все равно его не брошу, потому что он хороший». Кто автор этого стихотворения? 3. Пестрая крякуша ловит лягушек, ходит вразвалочку, спотыкалочку. 4. Вьется веревка, на конце желтая головка. 6. Этой кошке не скажешь брысь, потому что это ...

ОТВЕТЫ:
По горизонтали: 2. Балу. 5. Курица. 7. Рыбка. 8. Лиса. 9. Волк.
По вертикали: 1. Акула. 2. Барто. 3. Утка. 4. Уж. 6. Рысь.

КРУГЛЫЙ ГОД

Учредитель и издатель: ООО «Агентство «КАВКАЗ-ИНТЕРПРЕСС»

Главный редактор Г.Н.Моргунова
Исполнительный редактор В.С.Лысенко
Компьютерная верстка И.В.Бутвиновой
Фотокорреспондент С.И. Коятанов

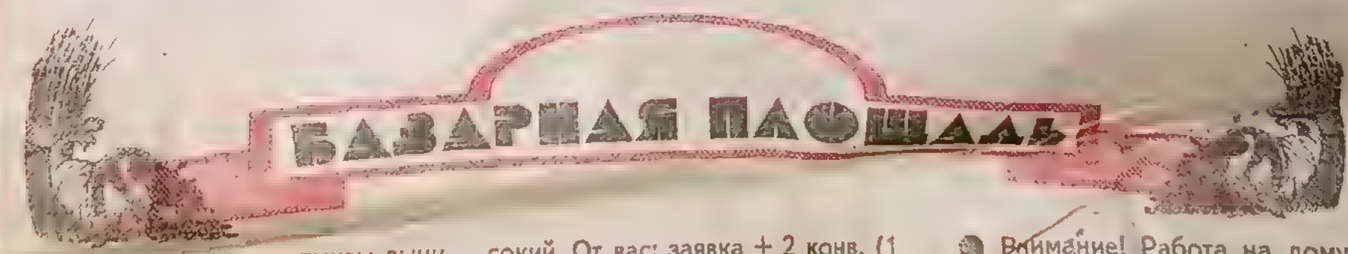
РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:
Соляник Н.М. - проректор СГСХА, академик, доктор сельскохозяйственных наук, заслуженный деятель науки РФ.
Скрипчинский В.В. - главный специалист Ставропольского краевого комитета по природе, доктор биологических наук, заслуженный деятель науки РФ.
Михеев А.Д., зав. Пятигорской экспериментально-ботанической станцией ботанического института им. В.Л. Комарова Российской Академии наук, доцент, кандидат биологических наук.

АДРЕС РЕДАКЦИИ:
355012, г. Ставрополь, ул. Ленина, 293
ТЕЛЕФОН РЕДАКЦИИ (865-2) 32-63-55

Агентство:
ДИРЕКТОРАТ 32-18-65
ДИРЕКЦИИ
АГЕНТСТВА:
ПО РЕКЛАМЕ 32-45-61
ПО ФИНАНСАМ 32-58-84
ПО МАРКЕТИНГУ 32-63-97
ПО ОПЕРАТИВНОЙ ПЕЧАТИ 32-45-61
ПО ЭКОНОМИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ 32-63-97
ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ 32-63-97
ПО ДАЙДЖЕСТУ 32-63-55
ПО ОБЩИМ ВОПРОСАМ 32-61-51
КОМПЬЮТЕРНЫЙ КОМПЛЕКС 32-63-55
ЮРИДИЧЕСКАЯ СЛУЖБА 32-63-97
Факсы: 32-61-51, 32-45-61 (круглосуточно)
тел: 32-54-70
Телетайп: 223182 - РУНО
Модем ROSPAC: E-MAIL: KPRESS@STAVINFO.STAVROPOL.SU
ПЕЙДЖЕР
редакция 1145
дирекция 1146
ТЕЛЕФОН ДЕЖУРНОГО 26-11-26

БАНКОВСКИЕ РЕКВИЗИТЫ:
р/с 009467762 в АИК ПСБ «Ставропольье» г.Ставрополь БИК 040702768 корр. счет 7031615[illegible]
[illegible] РФ по Ставропольскому краю [illegible]

ДАЧА, САД, ОГОРОД - ДЕЛО, ОТДЫХ И ДОХОД!



6. Как вы относитесь к реклама на страницах «КГ»?

7. Устраивает ли вас выход «КГ» один раз в две недели? По возможности, внесите ваши предложения.

8. Другие замечания или пожелания

При желании вы можете указать:
Фамилию, имя, отчество
Место работы
Адрес

2. ...мишка лапу. Все равно его не брошу, потому что он хороший». Кто автор этого стихотворения? 3. Пестрая крякуша ловит лягушек, колит вразвалочку, спотыкалочку. 4. Вьется веревка, на конце желтая головка. 6. Этой кошке не скажешь брысь, потому что это ...

ОТВЕТЫ:
По горизонтали: 2. Волк. 5. Кукушка. 7. Рыбка. 8. Лисе. 9. Волк.
По вертикали: 1. Акула. 2. Вор. 10. 3. Утка. 4. Уж. 6. Рыба.

БАЗАРНАЯ ПЛОЩАДЬ

● Продаю семена тыквы-дыни, кабачка спагетти, морозостойких, опушенных, долгохран. и др. томатов, сои, шток-розы, лагенарии. Уникальное лекарственное растение пол-пала. Конв. + купон. 450069, Уфа, а/я 2188.

● Внимание, садоводы! Новейшая технология «Суперурожай» поможет вам вырастить на каждой сотке по 1,5 т картофеля и 3 т помидоров. Никаких особых препаратов. Все просто и доступно. Бланк б/о + это объявлен. + 2 конв. (1 с о/а). 603115, Н.Новгород, а/я 89 «Урожай».

● Вышлю чертежи и подробное описание роторной ветроэлектростанции, которая очень полезна на дачном участке. Купон б/о + это объявлен. + конв. с о/а. 603022, Н.Новгород, а/я 36 «Ветер».

● Оберег по фото на год от болезней, порчи, злобы своей и людской. Очень серьезно. Фото + конв. с о/а + купон б/о. 430027, Саранск, а/я 30.

● Подскажу [illegible] дедушкин совет, где рыб[illegible]. 3 конв. (1 с о/а) + купон б/о. 352100, Краснод. край, Тихорецк, а/я 24.

● Предлагаю варианты надо[illegible]ой работы. Сотрудничество с [illegible]ой фирмой. Проф. [illegible] не [illegible] выход высокий. От вас: заявка + 2 конв. (1 с о/а) + купон б/о. Бесплатная информация. 443087, Самара, а/я 13156.

● Продается дом, 40 кв. м, плодоносящий сад, огород 70 соток. Ставроп. край, Андроповский р-н, ст. Воровсколесская, Свободная, 73.

● Меняю 2-комн. кв. в центре и 1-комн. в Ю/З р-не на 2-3-комн. улучш. планировки в центре. Ставрополь, тт. 26-15-08 (раб.), 26-80-36 (дом.).

● Продаю дом, 112 кв. м, газифицирован, 20 сот. земли, хозпостройки, гараж. Белгородская обл., Шебекинский р-н, с. Нежеголь, Ленина, 14.

● Продам а/м «ГАЗ-53», рефрижератор, Ставрополь, т. 32-39-61, после 18 час.

● Продаю пианино «Seiler» конца прошлого века, в хорошем сост., дорого. Ставроп. край, Благодарненский р-н, Ленина, 3/2.

● Продаю щенков московской сторожевой, с хорошей родословной, от крупных родителей. Зеленокумск, Ленина, 366.

● Продаю луковицы гладиолусов, нарциссов, тюльпанов, всего 30 видов. Вышлю всем. Заявка + 2 конв. (1 с о/а). 35550, Краснод. край, Мостовской р-н, г/п, д/в, а/я XIX-АГ 72803.

● Внимание! Работа на дому, доступна всем. Заявка + 2 конв. (1 с о/а). 655110, Нижнеудинск, г/п, д/в, Кобленевой В.Н.

● Продаю секрет многолетний урожайной грядки (10 тыс. руб. наложк. платежом или перевод). 614111, Пермь, а/я 11158, Нечаеву.

● Продаю недорого емкость для воды и дачный домик (металл.). Ставрополь, т. 77-96-46.

● Продаю недорого стройматериалы (фанера и ДСП). Ставрополь, т. 73-09-32.

● Продаю холодильник б/у, недорого. Ставрополь, т. 38-20-08, вечером.

● Меняю а/м «ГАЗ-53» (фургон), в отличном состоянии, на «ВАЗ-2106» не более 5 лет, или продам. Ставрополь, т. 38-20-08, вечером.

● Продаю участок под ИЖС в г. Ессентуках с фундаментом. Ставрополь, т. 35-00-42.

● Продаю гараж по ул. Чкалова, кооп. «Кинотехника». Ставрополь, т. 34-27-89.

● Продаю мед частным лицам оптом. Ставрополь, т. 32-43-16.

● Биоинтенсивная технология выращивания овощей. Запрос + конв. с о/а + купон б/о. 305004, Курск, а/я 13.

● Меняю 2-комн. кв. на 2-3-комн. улучшенной планировки в центре до договоренности. Ставрополь, т. 26-80-36.

ДАЧА, САД, ОГОРОД - ДЕЛО, ОТДЫХ

АДРЕС РЕДАКЦИИ: 355012, г. Ставрополь, ул. Ленина, 293
ТЕЛЕФОН РЕДАКЦИИ (865-2) 32-43-55

Агентство:
ДИРЕКТОРАТ 32-18-65
ДИРЕКЦИИ АГЕНТСТВА:
ПО РЕКЛАМЕ 32-45-61
ПО ФИНАНСАМ 32-58-84
ПО МАРКЕТИНГУ 32-63-97
ПО ОПЕРАТИВНОЙ ПЕЧАТИ 32-45-61
ПО ЭКОНОМИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ 32-63-97
ПО ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ 32-63-97
ПО ДАЙДЖЕСТУ 32-63-55
ПО ОБЩИМ ВОПРОСАМ 32-61-51
КОМПЬЮТЕРНЫЙ КОМПЛЕКС 32-63-55
ЮРИДИЧЕСКАЯ СЛУЖБА 32-62-97
Факсы: 32-61-51, 32-45-61 (круглосуточно)
тел: 32-54-70
Телетайп: 223182 - РУНО
Модем RОSPAC: E-MAIL: KPRESS@STAVINFO.STAVROPOL.SU
ПЕЙДЖЕР
редакция 1145
дирекция 1146
ТЕЛЕФОН ДИСПЕТЧЕРА 26-11-26

БАНКОВСКИЕ РЕКВИЗИТЫ:
р/с 009467762 в АИК ПСБ «Ставропольье» г.Ставрополя БИК 040702760 корр. счет 700161560 в Ставропольском ГРЦ ГУ ЦБ РФ по Ставропольскому краю БИК 040702001, ИНН 2635020813, КПП 263501001, код по ОКПО 22026932, ИНН обслуживающего банка 2634028786.

КОММЕРЧЕСКИЙ ЦЕНТР: г. Ставрополь, ул. Красноармейская, 92/315, т. 32-54-70

Шеф-редактор Александр Воробьёв

Подписано к печати по графику в агентстве "Кавказинтерпресс" фактически в Государственном предприятии издательско-полиграфической фирме "Ставрополье" (Адрес 355012, г. Ставрополь, ул. Спартака, 8) согласно "Круглый год" зарегистрирована Комитетом Российской Федерации по печати.

Газета зарегистрирована Региональной инспекцией по защите свободы печати и массовой информации (г. Ростов - на - Дону) 7.10.1996г. Свидетельство о регистрации № Р 1961

Подписной индекс 31680
Цена свободная
Тираж 9461 экз.
Заказ 1107 Объём 2 п. л.

Дата выхода [illegible]
Подписано в [illegible] 29.05.1997 г. в [illegible]
По графику: в [illegible]

ПРАВИЛА ПУБЛИКАЦИИ ОБЪЯВЛЕНИЯ

- Один купон дает право на публикацию одного объявления, об одном предмете или виде услуг.
- Ксерокопии и фото купонов не принимаются.
- Купоны с незаполненными данными [illegible] и неразборчиво заполненные не публикуются.
- Не публикуются объявления об услугах с предоплатой, о знакомствах, о легком заработке, не требующие

...ол.), Юрга

...ВЫ ХОТИТЕ, ...ТОБЫ ВАС УЗНАЛ ...ЬШЕ РАЗМЕСТИ... ...РЕКЛАМУ В НАШИЙ ГАЗЕТЕ.

Для размещения рекламы объявлений в газетах агентства «Кавказинтерпресс» обращаться в Ставрополе: ул. Ленина, 293, тел.: 32-45-61, Пятигорске - Крайнего, 2а, тел.: 5-65-7...

...ой кухонь. Фото + купон б/о. 430027, Саранск, а/я 30.

● Подскажу старинный дедушкин совет, где рыть колодец. 3 конв. (1 с о/а) + купон б/о. 352100, Краснодар край, Тихорецк, а/я 24.

● Предлагаю варианты надомной работы. Сотрудничество с ...мсунаро...ой фирмой. Проф. ...не ...ход вы-...

...улучш. планировки в ...рополь, тт. 26-15-08 (раб.), 26-80-36 (дом.).

● Продаю дом, 112 кв. м, газифицирован, 20 сот. земли, хозпостройки, гараж. Белгородская обл., Шебекинский р-н, с. Нежеголь, Ленина, 14.

● Продам а/м «ГАЗ-53», рефрижератор, Ставрополь, т. 32-39-61, после 18 час.

● Продаю пианино «Seiler» конца прошлого века, в хорошем сост., дорого. Ставроп. край, Благодарненский р-н, Ленина, 372.

● Продаю щенков московской сторожевой, с хорошей родословной, от крупных родителей. Зеленокумск, Ленина, 366.

● Продаю луковицы: гладиолусов, тюльпанов, гиацинтов, нарциссов, крокусов, всего 30 видов. Вышлю всем. Заявка + 2 конв. (1 с о/а). 352550, Краснодар край, Мостовской р-н, г/п, д/в, п/я XIX-АГ 728063.

...материалы (фанера, ...рополь, т. 73-09-32.

● Продаю холодильник 6/у, недорого. Ставрополь т. 38-20-08, вечером.

● Меняю а/м «Г...-53» (фургон), в отличном сост., на «ВАЗ-2106» не более ...лет, или продам. 38-20-08, вечером. Ставрополь.

● Продаю участок под ИЖС в г. Ессентуках с фундаментом. Ставрополь, т. 35-00-42.

● Продаю гараж по ул. Чкалова, кооп. «Кинотехника». Ставрополь, т. 34-27-89.

● Продаю мед частным лицам оптом. Ставрополь, т. 32-43-16.

● Биоинтенсивная технология выращивания овощей. Запрос + конв. с о/а + купон б/о. 305004, Курск, а/я 13.

● Меняю 2-комн. кв. на 2-3-комн. улучшенной планировки в центре до договоренности. Ставрополь, т. 26-80-36.

...Александр Воробьёв

ПРЕДСТАВИТЕЛЬСТВА АГЕНТСТВА «КАВКАЗИНТЕРПРЕСС»:

- г. ПЯТИГОРСК, ул. Крайнего, 2а, тел: 5-60-02, 5-65-74, факс 5-65-74 (круглосуточно);
- г. ЧЕРКЕССК, ул. Крайнего, 33а, кв.8, тел. 4-18-60, директор ЛИСОВА Галина Якубовна.

Сфера деятельности - газетная и книжная торговля, реклама, корреспондирование.

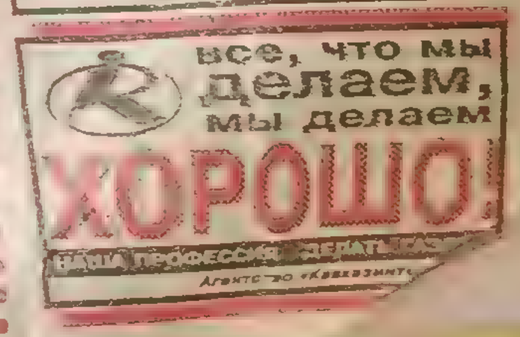
...ано и сверстано в агентстве "Кавказинтерпресс" ...чатано в Государственном предприятии издательско-полиграфической фирмы "Ставрополье" (Адрес 355000, г. Ставрополь, ул. Спартака, 8)
Газета "Круглый год" зарегистрирована Комитетом Российской Федерации по печати.

Газета зарегистрирована Региональной инспекцией по защите свободы печати и массовой информации (г. Ростов - на - Дону) 7.10.1996г. Свидетельство о регистрации № Р 1961.

Подписной индекс **31680**
Цена свободная

Тираж 9461 экз.
Заказ 1107 Объём 2 п. л.

Дата выхода в свет: 28.05.1997 г.
Подписано в печать:
28.05.1997 г. в 12.00
По графику: в 12.00



КРУГЛЫЙ ГОД

Купон бесплатного объявления

Перед заполнением внимательно прочтите правила публикации купона

ОБВЕДИТЕ РУБРИКУ

ПРОДАЮ
КУПЛЮ
МЕНЯЮ
РАЗНОЕ

Указывать для контакта с редакцией и абонентом

ПРАВИЛА ПУБЛИКАЦИИ ОБЪЯВЛЕНИЯ

- Один купон дает право на публикацию одного объявления, об одном предмете или об одном виде услуг.
- Ксерокопии и фото купонов не принимаются.
- Купоны с незаполненными данными о заказчике и неразборчиво заполненные не публикуются.
- Не публикуются объявления об услугах с предоплатой, о знакомствах, о легком заработке, не требующие квалификации.
- Бесплатно публикуются объявления частного характера.
- Объявления от клубов, организаций являются платными.

Стоимость платного объявления 27 000 рублей, в рамке - 45 000 рублей. Объявление можно оплатить в редакции по адресу: г. Ставрополь, ул. Ленина, 293, или перечислить необходимую сумму по почте на р/с 40809407762 в АИК ПСБ «Ставропольем» в г. Ставрополе. БИК 040702760, к/с 700161560 в ГРЦ ГУ ЦБ РФ по Ставропольскому краю БИК 040702001, ИНН агентства 2635... код по ОКОНХ 87100, код по ОКПО 22026922, ИНН обслуживающего банка 2634028786.

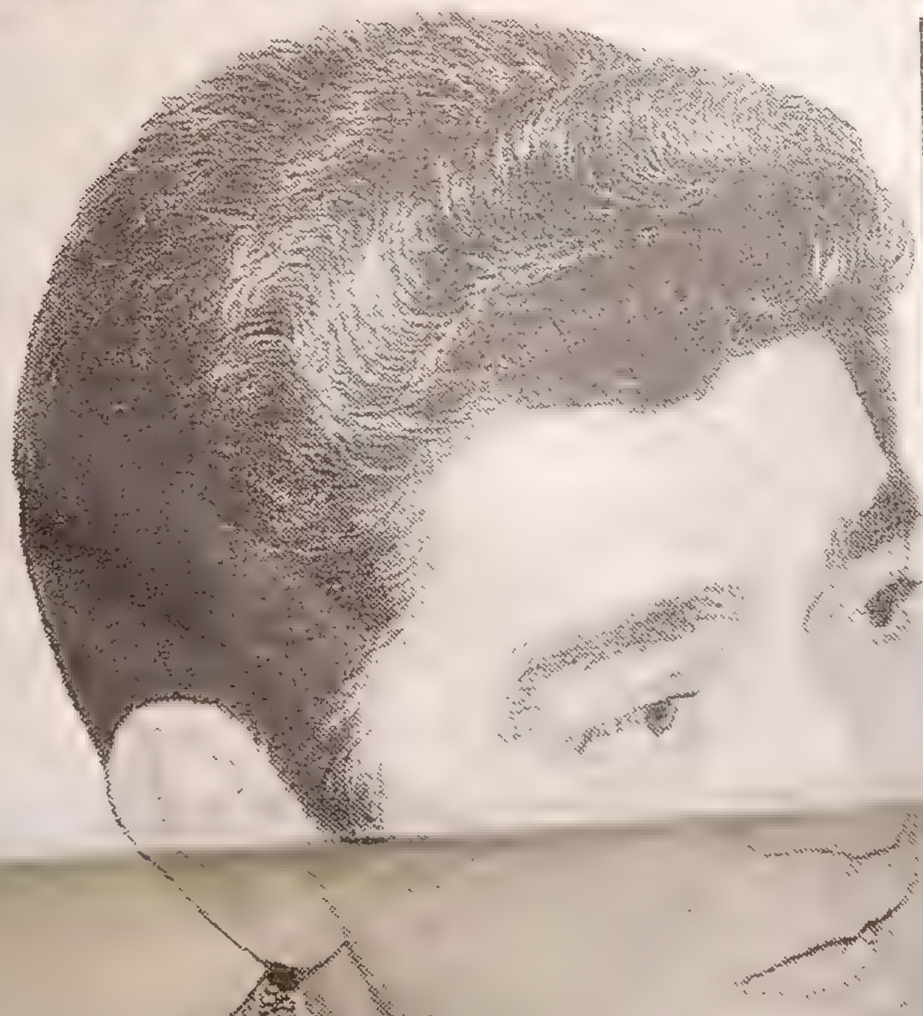
КВАРТИРНЫЕ КРАЖИ стр.6
ОСТОРОЖНО, ЯДОВИТЫЕ ГРИБЫ! стр.7

ОЧИЩЕНИЕ

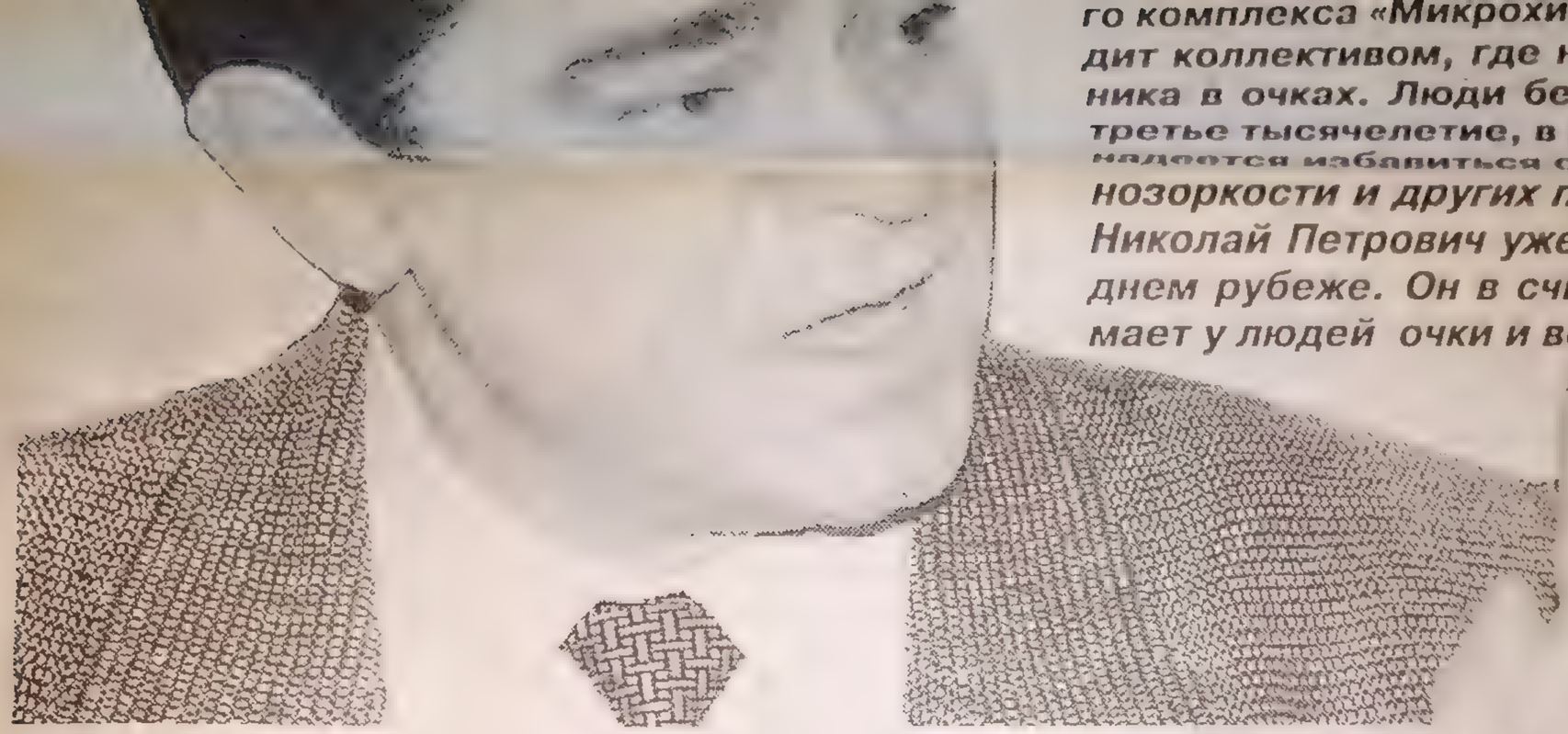
мысли и советы по укреплению здоровья

№21 июль 1999г. (101)

Николай Паштаев



Ученый, хирург, директор Чебоксарского филиала Межотраслевого научно-технического комплекса «Микрохирургия глаза» руководит коллективом, где нет ни одного сотрудника в очках. Люди без очков это прорыв в третье тысячелетие, в котором человечество надеется избавиться от близорукости, дальнозоркости и других проблем со зрением. А Николай Петрович уже сегодня на его переднем рубеже. Он в считанные секунды снимает у людей очки и возвращает им зрение!



го комплекса «Микрохирургия глаза» руководит коллективом, где нет ни одного сотрудника в очках. Люди без очков это прорыв в третье тысячелетие, в котором человечество надеется избавиться от близорукости, дальнозоркости и других проблем со зрением. А Николай Петрович уже сегодня на его переднем рубеже. Он в считанные секунды снимает у людей очки и возвращает им зрение!

Банные законы

Итак, банная процедура. Перед тем, как войти в парное отделение, подготовьте к работе свой основной инструмент — зеленый березовый веник.

Стр. 2

Свыше 1000 лет назад Авиценна советовал употреблять продукты в таких сочетаниях, чтобы они уравновешивали друг друга.

Стр. 4-5

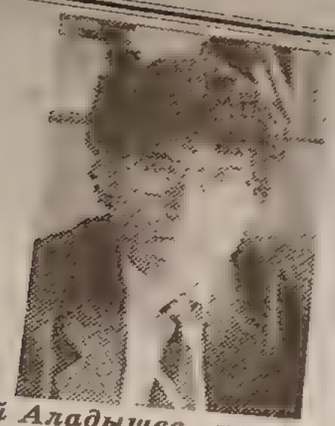
НУЖЕН ЛИ ГОРОДУ ЧЕЛОВЕК?

Городской человек лишен постоянного общения с природой. Здесь мало зелени, практически не слышно пения птиц.

Стр. 6

Газета «ОЧИЩЕНИЕ» распространяется в Астрахани, Архангельске, Барнауле, Бийске, Белгороде, Вологде, Воронеже, Владимире, Дзержинске, Екатеринбурге, Йошкар-Оле, Ижевске, Костроме, Кемерове, Красноярске, Калининграде, Кургане, Казани, Мурманске, Кандалакше, Миассе, Минеральных Водах, Новгороде, Нижнем Новгороде, Октябрьском, Орле, Перми, Пензе, Пскове, Петрозаводске, Петропавловске-Камчатском, Самаре, Саратове, Саранске, Ставрополе, Стерлитамаке, Сыктывкаре, Смоленске, Туймазы, Твери, Уфе, Ульяновске, Череповце, Чебоксарах, Шахтах, Южно-Сахалинске, Ярославле, Московской и Ленинградской областях и в 685 районах разных регионов.

Банные законы



Юрий Аладышев - профессор, член-корреспондент Международной академии информатизации

«Многие ходят в баню вскоре после обеда или ужина. Но тогда становится баня вредною... От того делается во всем теле великая тяжесть»,- утверждали еще древние.

Да, это излишняя нагрузка на сердце. И вы сразу ощутите дискомфорт, даже если сердце абсолютно в норме, — банная процедура после плотной еды - не пойдет на пользу. Чувствуется сонливость, безразличие и непреодолимое желание уйти. Но не следует ходить в баню и натощак.

Но поесть надо легко. Лучше подкрепиться овощами и фруктами.

Нельзя пользоваться баней, если нужны ни мыло, ни мочалка. А большое — лучше всего махровое — полотенце или простыня не помешают.

... Итак, банная процедура. Перед тем, как войти в парное отделение, подготовьте к работе свой основной инструмент — зеленый березовый веник. Если веник свежий, только что сорван-

пропустить стакан, другой водочки, курят сигарету за сигаретой. Спросишь, а не лучше ли чайку с настоем трав выпить, — лишь усмехаются в ответ.

Конечно, банный жар для таких горемык не удовольствие, а только повод для очередной выпивки. Да и что можно ожидать от таких горе-парильщиков! Им не дано почувствовать радость от утренней пробежки по просторному полю или крутым лесным тропинкам. Им не дано и наслаждаться баней, заряжаться в ней здоровьем.

Человек, направляющийся в баню, похож на спортсмена, идущего на соревнование. В твердой руке покачивается сумка. Вот только из нее выглядывает не ракетка, как у теннисистов, а аккуратно перевязанный березовый веник. Истинному парильщику в бане, не

распарится!

Разумеется, так распаривать веник можно во влажной русской бане, а не в суховоздушной камере, сауне.

Можно класть веник сначала в теплую, затем в горячую воду, а затем подержать его над раскаленными камнями банной печи. Это, разумеется, в домашней, деревенской бане.

При поворачивании веника в разные стороны, словно нагреваешь и смачиваешь в горячей воде. Смотришь, листья постепенно принимают свой первозданный ярко-зеленый цвет. Каждый прутик становится свежим, гибким, словно на березке в летнем лесу.

Посмотрите - у опытных парильщиков листья с веника почти не осыпаются, да и служит он дольше. Постепенно доискался до «секрета». Они начинают готовить веник не в бане, а дома. Накануне вечером, перед походом в баню эти заботливые люди обдадут веник под душем — сначала теплой, а затем горячей водой, стряхнут его и положат в целлофановый мешочек. А когда придут в баню, быстренько его распарят.

Есть и такой метод. Накануне бани веник

лать перед заходом в парную разминку. Слегка поупражнять свои кровеносные сосуды. А способ весьма простой. Окуните ноги в таз с теплой водой или станьте под теплый душ и постепенно повышайте температуру воды. Через 10—15 минут вы, что называется, созрели для того, чтобы по-настоящему ощутить очищение паром на горячем полке. Перед тем, как войти в парную, ополоснитесь под душем. Вообще-то много толков о том, как начинать париться —«насухо» или предварительно помывшись. Лучше, конечно, слегка помыться. Это гигиеничнее, особенно в общественных банях. Но ни в коем случае не мочите голову, чтобы не вызвать в парной ее перегрева. После легкого мытья перед тем, как зайти в парную, надо вытереться насухо: ведь влага на теле

препятствует потоотделению. Поэтому и в ходе самой процедуры надо вытирать пот плотной рукавицей. Но ничего страшного не произойдет, если после захода в парную вы просто смоете пот водой.

Итак, вы зашли в парную, но пока без веника. А если веник уже успел распариться, можно его взять. Но не для того, чтобы им париться. Посидите спокойно и подышите его ароматом.

Вы не забыли колпак? Им мо-

Да, это излишняя нагрузка на сердце. И вы сразу ощутите дискомфорт, даже если сердце абсолютно в норме, — банная процедура после плотной еды - не пойдет на пользу. Чувствуется сонливость, безразличие и непреодолимое желание уйти. Но не следует ходить в баню и натощак.

Но поесть надо легко. Лучше подкрепиться овощами и фруктами.

Нельзя пользоваться баней, если вы сильно переутомились. Тот, кто впервые входит в парную, испытывает некоторую робость. Еще бы - температура, словно в пустыне!

«Не задохнусь ли я там?», — думает новичок. Надо постепенно приучать себя к банному жару.

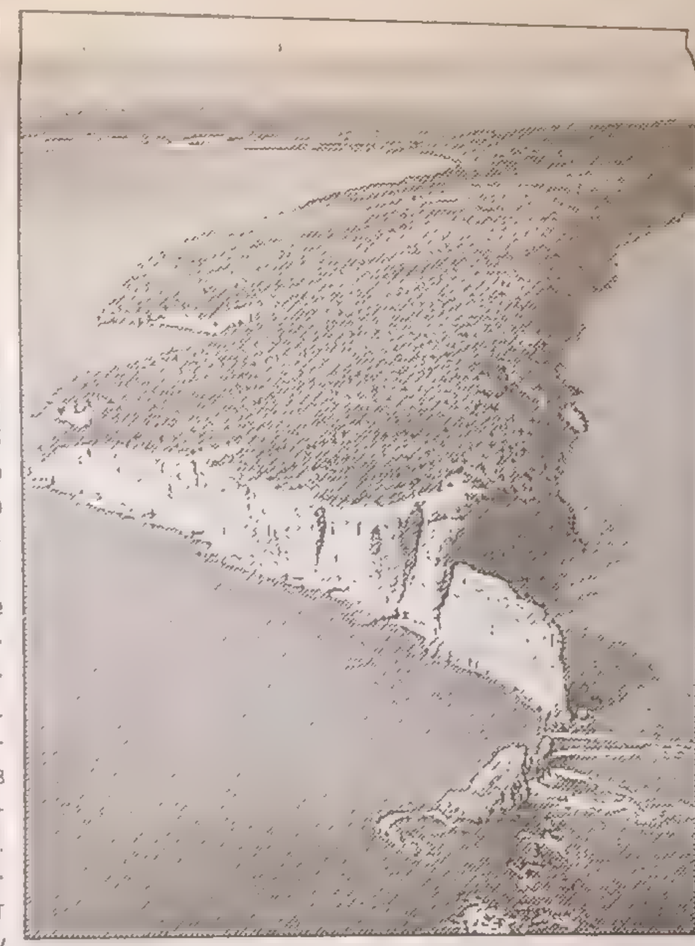
Очень важно, чтобы баня была гигиенична. В это понятие входят: достаточно сухой, горячий воздух, оптимальная влажность, исправно работающая, лучше естественная вентиляция и, что крайне важно - чистота.

Конечно, новичку не следует гнаться за бывалыми парильщиками. Всему свое время. В первый раз вам совсем необязательно взбираться на верхний полок. Посидите внизу, погрейтесь — здесь температура вполне приличная. Убедитесь, что в бане жар отнюдь не страшный, а приятный. Даже, можно сказать комфортный.

Убедившись, что ничего с вами в бане плохого не произошло вы обязательно пожелаете приходить сюда постоянно. Чаще всего получается поход в определенные дни недели, скажем, в пятницу или субботу. Хотя каждый может выбрать себе любой день по сложившимся обстоятельствам. Но надо знать, что баня не всем доступна.

Один жалуется, что ему в бане тяжело дышится, другой утверждает, что болит голова, а третий, ссылаясь на советы жены, утверждает будто бы спать плохо стал. На самом же деле, тот и другой между банными процедурами не прочь нужны ни мыло, ни мочалка. А большое — лучше всего махровое — полотенце или простыня не помешают.

... Итак, банная процедура. Перед тем, как войти в парное отделение, подготовьте к работе свой основной инструмент — зеленый березовый веник. Если веник свежий, только что сорванный, то задача упрощается. Такой веник надо слегка сполоснуть, и он готов! Другое дело сухой веник. С ним надо немного похлопотать.



Вначале тоже помыть, ополоснуть. Затем положить в таз с теплой водой. Иногда запаривают веник сразу в крутом кипятке. Это неправильно. Нужна постепенность, я бы сказал — деликатность, чтобы не опадали листья. Вначале подержите веник в теплой воде, затем добавьте в таз горячей.

Сверху накройте таз другим тазом — устройте для веника своего рода баню. Пусть как следует распарится, станет шелковистым, «выдаст» наружу лесной дух.

Еще один способ подготовки сухого веника. Его слегка моют, но в таз с водой не кладут. Положат в парной — не наверху, а где-нибудь у подножия полка. Вот он и рета». Они начинают готовить веник не в бане, а дома. Накануне вечером, перед походом в баню эти заботливые люди обдадут веник под душем — сначала теплой, а затем горячей водой, стряхнут его и положат в целлофановый мешочек. А когда придут в баню, быстренько его распарят.

Есть и такой метод. Накануне бани веник на всю ночь опускают в ведро с холодной водой. Действительно, на таком венике хорошо держатся листья. Но биологическая ценность этой листвы утрачена — длительное пребывание в воде ухудшило качество веника. В основном, все растворимые вещества вода из листьев извлекла.

Итак, веник распаривается, а вы хоть и не спешите, но времени зря не теряйте. Если, вы пришли в баню после работы, то ощущаете вялость, разбитость. Особенно это бывает зимой, когда мерзнут руки и ноги. Не торопитесь на горячий полок. Вы не готовы к банной процедуре, и поспешность будет насилием над собой.

Хоть и жарко в парной, а пот все не прошибает. Чувствуете себя не в своей тарелке. Как-то не по себе. Вот и надо в таких случаях сде- препятствует потоотделению. Поэтому и в ходе самой процедуры надо вытирать пот плотной рукавицей. Но ничего страшного не произойдет, если после захода в парную вы просто смоете пот водой.

Итак, вы зашли в парную, но пока без веника. А если веник уже успел распариться, можно его взять. Но не для того, чтобы им париться. Посидите спокойно и подышите его ароматом.

Вы не забыли колпак? Им может служить старая фетровая шляпа. Надев ее, вы предохраните голову от перегрева.

Хоть и пришли в баню уже не на «разведку», а по-настоящему попариться, не спешите сразу же забираться на верхний полок: там температура наиболее высокая. Чтобы попривыкнуть к банному жару, 3—4 минуты посидите, а если есть возможность, полежите внизу. Вообще, в парной лучше всего не сидеть, а лежать. Тогда жар воздействует равномерно. Ведь температура неоднородна даже на самом полке. Внизу она меньше, чем наверху, примерно на 10—15 градусов. Кроме того, когда лежите, мышцы расслаблены, а это дает возможность их основательно пропарить. Знатоки утверждают, что, когда находишься на полке в вертикальном положении, нежелательная нагрузка увеличивается почти в два раза. Если же условия бани не позволяют париться лежа, то сидеть надо не свешивая ноги со скамьи, по-турецки.

Вот вы и разогрелись внизу. Пошел первый пот. Вообще говоря, далеко не все, кто впервые начинает посещать баню, обильно потеют. Но, как говорят физиологи, по мере тренировки наших терморегулирующих рецепторов - потоотделение налаживается. Смотришь, через месяц уже все идет нормально. Сразу после захода в парную начинается обильное потоотделение.

КАК ВЕСТИ БЕСЕДУ молодым о жизни

Если ты оказалась наедине с малознакомым человеком и взаимное молчание становится уже неприличным, лучше всего поговорить о погоде. Эта тема безопасна, хотя и неинтересна. Лучше не касаться сразу серьезных вопросов, так как это может выглядеть претенциозным. Доверительно не следует рассказывать о себе первому встречному, поскольку тебя запросто могут не так понять.

Постарайся ненавязчиво выяснить, нет ли у вас общих интересов, чтобы оба смогли поддержать беседу.

Дискуссия — это своего рода искусство. Отстаивать свою позицию можно только с помощью веских аргументов. Не употребляй выпадов против собеседника типа: «Эгоист», «Циник». Следует также избегать обобщений.

Дискуссия даже на самую острую тему не должна превращаться в ссору, если собеседники будут отстаивать только свою точку зрения, а не объективно оценивать позицию противника.

Не позволяй себе замечаний вроде: «Как примитивно ты рассуждаешь!» Это может стать началом серьезной распри.

Дружескую беседу не украсят резкие высказывания, произнесенные к тому же с категорической интонацией.

Их можно заменить выражениями типа: «Мне кажется, что...», «Прошу прощения, я не со всем согласна...»

Культурный человек мало говорит о личных делах и о делах своих близких, то есть не сплетничает. Если тебе навязывают подобную тему, лучше всего сказать: «Полагаю, что это нас не касается». Если две девушки сплетничают о тебе, не следует придавать этому большого значения. Объяснения и опровержения никогда себя не оправдывают. Ведь случается, что свою правоту ты доказываешь человеку, который до этих пор не слышал о тебе ничего дурного. Сказанное тобой лишь настораживает, а потом может сложиться мнение, что за слухом что-то кроется. Сплетня, как только ею пренебрегают, погибает естественной смертью.

Невежливо в небольшой компании начинать разговор о том, что может оказаться непонятным хотя бы одному из присутствующих. Невежливо говорить намеками.

Молодежь может в дружеской форме делать друг другу мягкие замечания.

Некрасиво публично заниматься самобичеванием, постоянно жаловаться на неудачи, на отсутствие способностей или на кривые ноги. Редко привлекает к себе симпатии и человек, бесконечно повествующий о своих удачах, талантах.

На комплимент следует отвечать коротко: «Спасибо».

Недопустимы шутки по поводу чужой фамилии, комплекции, роста, цвета волос. Анекдотами не следует злоупотреблять. Колкости в адрес кого-нибудь из присутствующих выглядят неубедительно и скорее фиксируют общее внимание на слабостях самого «острослова».

Полезно учиться не только говорить, но и слушать собеседника. Это не значит, что нужно просто молчать. Если с тобой разговаривают, некрасиво рыться в сумке, поглядывать в зеркало. Следует заинтересованно смотреть на собеседника и время от времени вставлять замечания в качестве свидетельства того, что ты понимаешь, о чем речь.

Если все это ты уже слышала, уместно заметить: «Знаю, я в курсе». То, что пришлось услышать случайно, нельзя подвергать обсуждению или потом кому-нибудь рассказывать.

просроченные продукты
ВОПРОС НАШ ОТВЕТ

ку зрения, а не объективно оценивать позицию противника.

Не позволяй себе замечаний вроде: «Как примитивно ты рассуждаешь!» Это может стать началом серьезной распри.

сплетничают о тебе, не следует придавать этому большого значения. Объяснения и опровержения никогда себя не оправдывают. Ведь случается, что свою правоту

Молодежь может в дружеской форме делать друг другу мягкие замечания.

Некрасиво публично заниматься самобичеванием, постоянно жа-

се». То, что пришлось услышать случайно, нельзя подвергать обсуждению или потом кому-нибудь рассказывать.

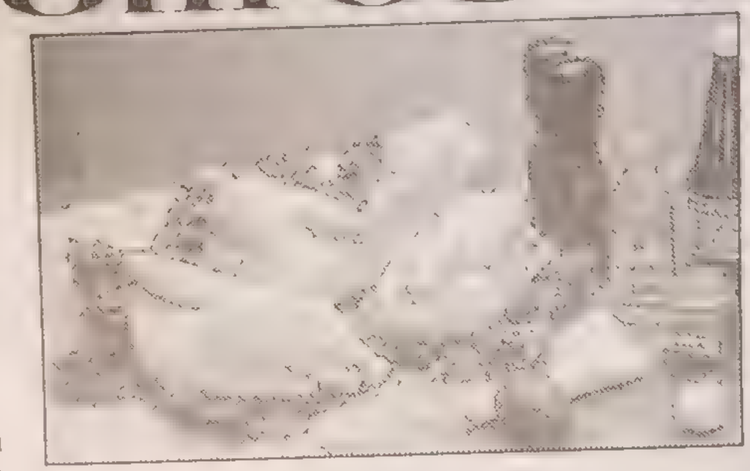
просроченные продукты

ВАШ ВОПРОС – НАШ ОТВЕТ

Мой брат убежден, что надпись «годен до...» — просто уловка, призванная заставить потребителей покупать еду чаще. Прав ли он?

Это далеко не торговая хитрость. Закон требует, чтобы на пищевых продуктах имелась надпись «годен до...». Она призвана защитить людей от опасности пищевого отравления. Закон обязывает маркировать так большинство скоропортящихся продуктов. К ним относятся: расфасованная свежая птица, мясо, рыба; подвергнутые кулинарной обработке мясо, рыба и птица; готовые блюда и салаты; паштеты и мягкие сыры. Вы сильно рискуете отравиться, если пьете или съедаете продукты, срок хранения которых истек, даже если вам кажется, что они на вкус нормальны. Помните, что пищу нужно хранить не только в течение указанного срока, но и с соблюдением условий хранения, указанных на упаковке.

Продукты, которые хранятся дольше, например сливочное масло, хлеб, сухофрукты и консервы, маркируются надписью «желательно употребить до...», она указывает время, в течение которого продукт будет находиться в идеальном состоянии. Но многие продукты могут оставаться безопасными, даже если дата «желательно употребить до...» просрочена.



***

«Пищевое отравление» — это простое расстройство желудка или более серьезное заболевание?

Пищевое отравление проявляется по-разному. Оно выражается или в легком расстройстве желудка, из-за которого вам немного не по себе, или же в очень тяжелом заболевании, чреватом госпитализацией. В некоторых случаях пищевое отравление оказывается смертельным. Это происходит в результате заражения пищи или напитков микробами (вредными бактериями или вирусами) или же токсинами (ядами), выделяемыми бактериями. Отравление может вызвать сам продукт или заключенное в нем химическое вещество.

Симптомы оказываются самыми разными, но обычно это боль в животе, тошнота, рвота и понос. Иногда они сопровождаются головной болью, температурой, ломотой в суставах. Вам может стать плохо либо через несколько часов после того, как вы съели некачественную пищу, либо даже через несколько дней. Длительность заболевания от одного до семи дней, а иногда и больше.

***

Что делать, если вам кажется, что вы съели некачественную пищу?

Почувствовав недомогание, пейте как можно больше жидкости и ничего не ешьте, пока не станет лучше. Если болезнь длится больше суток или вам становится все хуже, вызывайте врача. При очень сильном недомогании и поносе, немедленно обращайтесь к врачу.

В любом случае в эти дни разумнее не ходить на работу до полного выздоровления. Во время болезни не готовьте пищу для других, вы можете распространить инфекцию. Не вытирайтесь полотенцами, которыми пользуются другие члены семьи. Но если ваша работа хотя бы каким-то образом связана с общественным питанием, вы по закону не имеете права выйти на работу, пока врач не даст вам разрешения.

***

Правда ли, что в некоторых продуктах содержатся естественные яды?

В некоторых растениях и в продуктах не растительного происхождения действительно содержатся микроскопические доли ядов, называемых токсинами. Если их попадает в организм много, можно и впрямь заболеть или даже умереть. Но избежать этой опасности, как правило, нетрудно.

В проросшем картофеле образуется горькое на вкус вещество, называемое соланин. Оно вызывает боли в животе и понос.

Ревень и шпинат - прекрасная пища, и большинство людей может спокойно включать их в свой рацион раз или два в неделю. Тем, кто страдает почечнокаменной болезнью, разумнее избегать их, поскольку они содержат щавелевую кислоту, плохо влияющую на пораженные органы.

Красную фасоль можно есть, только предварительно вымочив ее. Вымачивать нужно не менее 5 часов, а затем в течение 10 минут кипятить на сильном огне в несоленой воде и, наконец, варить на слабом огне до готовности (еще 1—1,5 часа). Если фасоль приготовлена неправильно, она плохо влияет на красные кровяные шарики.

Если вы любите собирать грибы, обязательно научитесь отличать ядовитые (см. стр. 7).

О СОВМЕСТИМОСТИ

Проблема совместимости продуктов всегда была в центре внимания диетологов. Еще древнеримский врач Цельс обосновал необходимость соблюдения этих правил особенностями физиологии пищеварения: «... перемешивание в желудке веществ, которым присущи различная быстрота и степень трудности переваривания, ведет "к загниванию пищи и, в конечном счете, — к отравлению организма». Свыше 1000 лет назад Авиценна советовал употреблять продукты в таких сочетаниях, чтобы они уравновешивали друг друга и не приносили вреда. Таджикская мудрость гласит: «Если дорожишь здоровьем, то не ешь ты все подряд».

-В трудах академика И. П. Павлова доказано, что на всякую пищу выделяется особый желудочный сок, да еще неодинаковой пищеварительной активности. В последние годы проблему совместимости продуктов наиболее полно разработал и конкретизировал Герберт Шелтон. Его (книга «Правильное сочетание пищевых продуктов» написана простым и доступным языком. Рекомендации автора подтверждаются результатами исследований авторитетных ученых, диетологов и врачей-клиницистов.

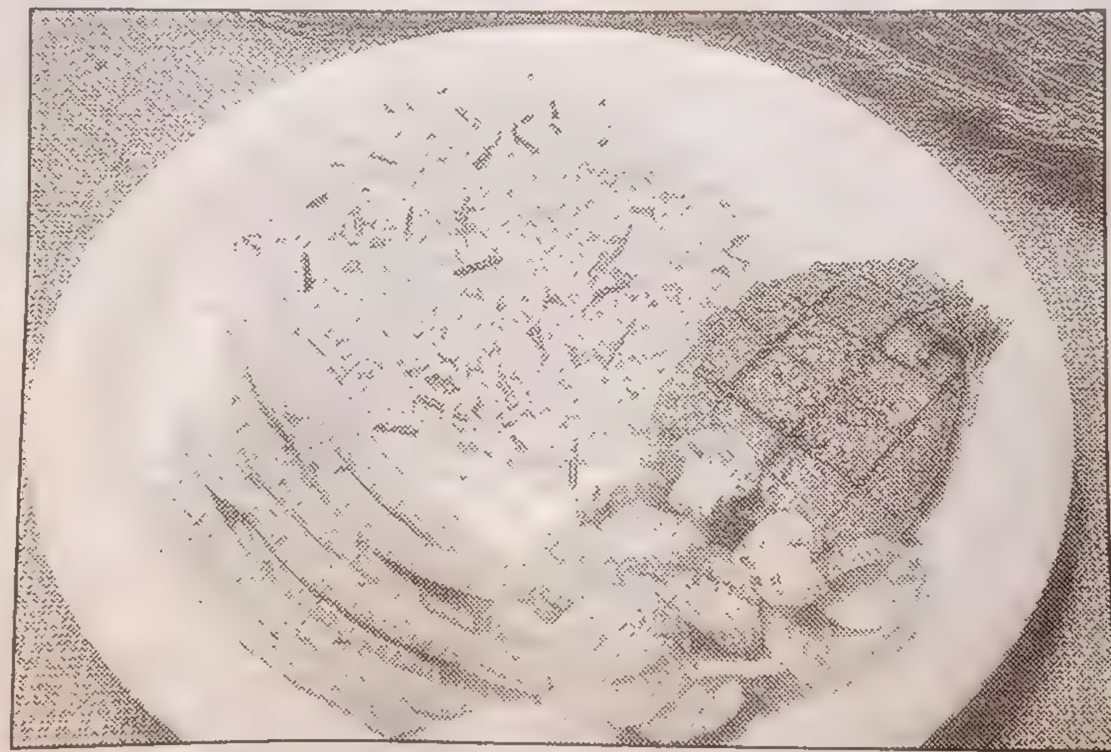
В приведенной таблице рассмотрена совместимость продуктов.

К основной белковой пище растительного и животного происхождения относят: мясо всех видов, птицу, рыбу и все продукты из них, творог и кисломолочные продукты, молоко, сыр, яйца, зернобобовые, орехи.

Продуктами, богатыми крахмалом, являются: хлеб и все изделия из муки, крупы, картофель.

Мясо, рыба, птица — графа первая, самая важная, так как именно при употреблении этих продуктов нарушение правил их совместимости стало привычным и наиболее вредным. Хасырами — отмечены в таблице. Тем не менее в нашем повседневном питании, особенно в общественном (больничное, санаторное), различные белки часто смешивают, не учитывая, что каждый из них, как уже говорилось выше, требует особых пищеварительных секреций и различного времени для наиболее активного переваривания.

Зернобобовые — это овощи. Сочетаются со всеми продуктами, кроме молока. Отличаются богатым содержанием крахмалистых веществ и в то же время являются ценным источником растительного белка. Такая «двойственность» обуславливает трудность усвоения этого продукта, требующего значительного напряжения работы органов пищеварения. Крахмал бобовых растений благоприятно сочетается с жирами. Безусловно, хороши бобовые со всевозможной зеленью и крахмалистыми овощами.



этого процесса. Вот почему вредно кормление, детей кашами с сахаром, хлебом с джемом и вареньем, сладким молоком. Тонзиллиты, гастриты, запоры, которыми часто страдают современные дети, считаются прямым следствием увлечения так называемой «сбалансированной пищей» (сахар содержит много калорий, но диетологи-натуропаты называют их «пустыми»), вызывающей постоянное брожение в пищеварительном тракте и в результате — отравление организма.

Хлеб, крупы, картофель. Эти продукты диетологи-натуропаты называют «крахмалами» (сахара и крахмалы обычно объединяются общим названием — углеводы). Продуктам, богатым крахмалом, следует всегда уделять большое внимание в питании, так как крахмал в чистом виде является чрезвычайно трудноусваиваемым продуктом, требующим строгого соблюдения правил совместимости.

желчный пузырь и печень, которая буквально надрывается, спасая организм от отравления (если она еще сильна и здорова, то ей это удается... до поры до времени). При этом печень не может выполнять своих прямых обязанностей, например, по очищению крови, порученных ей самой природой.

Шелтон хвалит англичан за бережное сохранение традиций, в частности, в питании: они всегда в начале едят мясо, а затем, через некоторое время, — пудинг. Так и следует "поступать (вместо пудингов у нас традиционные гарниры — картофель, каши, макароны). Лучше вообще не смешивать эти два вида продуктов в один прием пищи. Хлеб диетологи-натуропаты считают отдельной едой (например, хлеб с маслом и зелеными или некрахмалистыми овощами), а не обязательным добавлением к каждому блюду. Однако к хлебу, приготовленному из неочищенного, цельного зерна, отношение весьма снисходительное. Шелтон разрешает его употребление во «всевозможных неправильных комбинациях», в первую очередь, с различными салатами, независимо от их состава.

Сочетание всех продуктов, богатых крахмалом, с жирами очень благоприятно для пищеварения (это и определяет хорошую оценку сочетания жиров с зернобобовыми и крахмалистыми овощами). Что касается пирогов, то мнение о них отнюдь не «исключительное»: если хотите съесть кусок пирога, то сочетайте его с большим количеством салата из сырых овощей и ничего больше не ешьте в этот прием пищи.

Фрукты кислые, помидоры. Помидоры выделяются из всех овощей высоким содержанием органических кислот — лимонной, яблочной, щавелевой и по пищевому количеству примыкают к кислым фруктам (цитрусовым, гранатам и т. д.).

К основной белковой пище растительного и животного происхождения относят: мясо всех видов, птицу, рыбу и все продукты из них, творог и кисломолочные продукты, молоко, сыр, яйца, зернобобовые, орехи.

Продуктами, богатыми крахмалом, являются: хлеб и все изделия из муки, крупы, картофель.

Мясо, рыба, птица — графа первая, самая важная, так как именно при употреблении этих продуктов нарушение правил их совместимости стало привычным и наиболее вредным. Характер пищи определяет состав выделяемых для ее переработки ферментов и соков. Имеется строгое «расписание» выделения этих соков: самый сильный сок на мясо выделяется в первый час пищеварения, на хлеб — через три часа и т. д. К тому же и сила сока, его количество, кислотность, а следовательно, активность желез желудка и скорость переваривания изменяются в зависимости от качества пищи.

Животные белки — наиболее тяжело -усваиваемая пища, вот почему так много запретов в первой графе. Для мяса всех видов очень благоприятно сочетание с зелеными и некрахмалистыми овощами («100 трав» к шашлыку у кавказцев-), что нейтрализует вредные свойства животных белков, помогает их перевариванию и выведению излишков «плохого» холестерина из крови, а это необычайно важно, в частности, для предупреждения сердечно-сосудистых заболеваний. Сочетание животных» белков с крахмалистыми овощами нельзя считать идеальным, но все же оно более приемлемо, чем сочетание с хлебом, крупами, макаронными изделиями.

Рыбу все диетологи-натуралисты считают таким же трудно-усваиваемым животным белком, как и мясо, но, может быть, отношение к ней более снисходительное. Йоги считают, что «рыбоедение» не мешает серьезным занятиям упражнениями.

Алкоголь в сочетании с животными белками приносит особый вред: он осаждает пепсин, необходимый для переваривания белков.

Сочетания мяса с казалось бы родственными ему животными белками — **молоком, яйцами, творогом,** время являются ценным источником растительного белка. Такая «двойственность» обуславливает трудность усвоения этого продукта, требующего значительного напряжения работы органов пищеварения. Крахмал бобовых растений благоприятно сочетается с жирами. Безусловно, хороши бобовые со всевозможной зеленью и крахмалистыми овощами.

Масло сливочное и сливки. Сочетание жиров с животными белками вызывает серьезные возражения Шелтона. Он приводит результаты научных исследований, свидетельствующие о замедляющем воздействии жиров на пищеварение, что, конечно, ведет к неприятным последствиям для организма. Лишь обилие зеленых и некрахмалистых сырых овощей способно противодействовать неблагоприятному сочетанию белков и жиров, смягчать его.

Сметана. Относясь к категории жиров, а не белков, как иногда ошибочно считают, она несовместима с мясными продуктами, сахаром, орехами (концентрированный белок, хотя и растительного происхождения) и, конечно, с молоком.

Масло растительное. Некоторые сочетания продуктов неприемлемы для нас по традиционным правилам приготовления пищи, по вкусу. Таких запретов в таблице не менее половины! Масло растительное — это высокопитательный продукт (диетологи-натуропаты возражают только против хлопкового масла), но лишь в том случае, если оно нерафинированное.

Сахар, кондитерские изделия. «Не ешьте белковую и крахмалистую пищу одновременно с сахаром!» — так назвал Шелтон одну из глав своей книги. Все сахара тормозят секрецию желудочного сока. Для их "переваривания не нужны ни слюна, ни желудочный сок, они усваиваются в кишечнике. Если же сладости едят с любой другой пищей, то, надолго задерживаясь в желудке и снижая его активность, они очень скоро вызывают брожение. Кислая отрыжка, изжога — результаты

дукты диетологи-натуропаты называют «крахмалами» (сахара и крахмалы обычно объединяются общим названием — углеводы). Продуктам, богатым крахмалом, следует всегда уделять большое внимание в питании, так как крахмал в чистом виде является чрезвычайно трудноусваиваемым продуктом, требующим строгого соблюдения правил совместимости.

Графа, посвященная крахмалам, выглядит не так мрачно, как, например, графы мяса, сахара и молока, однако запрет на сочетание животных белков с крахмалистыми продуктами — это первый и, пожалуй, самый важный закон раздельного питания.

Излишние крахмалы (как и сахара), не усвоенные полностью и не переведенные в энергию, накапливаются в клетках в виде жировых отложений. Недопереваренные частицы крахмала, попадая в кровь, сгущают ее и «загрязняют» стенки сосудов, что ведет ко многим болезням века.

Природные сочетания белков, крахмалов и жиров (например, крупы) легки для переваривания, но с искусственными соединениями, да еще в больших количествах, организму справиться трудно. Первоначальные стадии переваривания белков и крахмалистой пищи проходят в разных средах: белки нуждаются в кислой среде, которая необходима для активизации фермента пепсина, участвующего в их переваривании, а крахмал — в щелочной (в основном птиалин слюны). Поэтому диетологи считают особенно неудобоваримыми такие смеси, как колбасы, котлеты, рулеты и т. п. Железы, выделяющие соки, предназначенные для обработки белков, расположены в нижнем отделе желудка, и "когда эти соки начинают воздействовать на крахмалистые продукты, поедаемые, например, с мясом, то неизбежно забраживание пищи и, в конечном счете, ее загнивание. Поступая в таком виде в двенадцатиперстную кишку, пищевая масса требует очистки от образовавшихся ядов, и здесь в тяжелую работу включаются поджелудочная железа,

с зернобобовыми, орехами, овощами). Что касается пирогов, то мнение о них отнюдь не «исключительное»: если хотите съесть кусок пирога, то сочетайте его с большим количеством салата из сырых овощей и ничего больше не ешьте в этот прием пищи.

Фрукты кислые, помидоры. Помидоры выделяются из всех овощей высоким содержанием органических кислот — лимонной, яблочной, щавелевой и по пищевому количеству примыкают к кислым фруктам (цитрусовым, гранатам и т. д.).

«Не ешьте белковую и крахмалистую пищу одновременно с кислотами!» — пишет Шелтон, обращая внимание на особый вред таких сочетаний. Беспорядочное потребление в любое время — во время еды, непосредственно до и после нее — лимонного, грейпфрутового, апельсинового или томатного соков (не говоря уже об уксусе, кислых приправах и т. п.) он считает причиной многих желудочно-кишечных заболеваний: пепсин разрушается полностью, действие птиалина слюны прекращается.

Однако Шелтон считает возможным их употребление за 30 мин до основной еды (не меньше!). Даже маленьким детям разрешается давать молоко через 30 мин. после кислых фруктов или помидоров. Помните, что диетологи-натуропаты считают недопустимой тепловую обработку помидоров. Причина очень серьезная: органические кислоты, содержащиеся в них, переходят в этом случае в неорганическое состояние, что ведет ко многим бедам (отложение солей, образование камней в почках и т. д.). Следовательно, в таблице речь идет только о свежих помидорах.

Фрукты сладкие, сухофрукты. Всегда следует иметь в виду что фрукты (и кислые, и сладкие) вообще лучше ни с чем не сочетать, так как они усваиваются в кишечнике, задерживаясь в желудке лишь на очень короткое время (есть фрукты надо не менее чем за 15—20 мин до еды). Это правило Шелтон считает еще более строгим в отношении арбузов и дынь, которые следует потреблять отдельно. Арбузы и дыни по законам усвоения примыкают к фруктам. Известно, какую ог-

ПРОДУКТОВ

ромную роль в работе всех систем организма играют естественные витамины и минеральные соли. Загнивающие и бродящие в желудке фрукты и бахчевые (что неизбежно, когда в нем присутствует какая-либо другая пища) начисто теряют все свои ценнейшие свойства, а между тем человек, неправильно их потребляющий, уверен, что получает большую пользу.

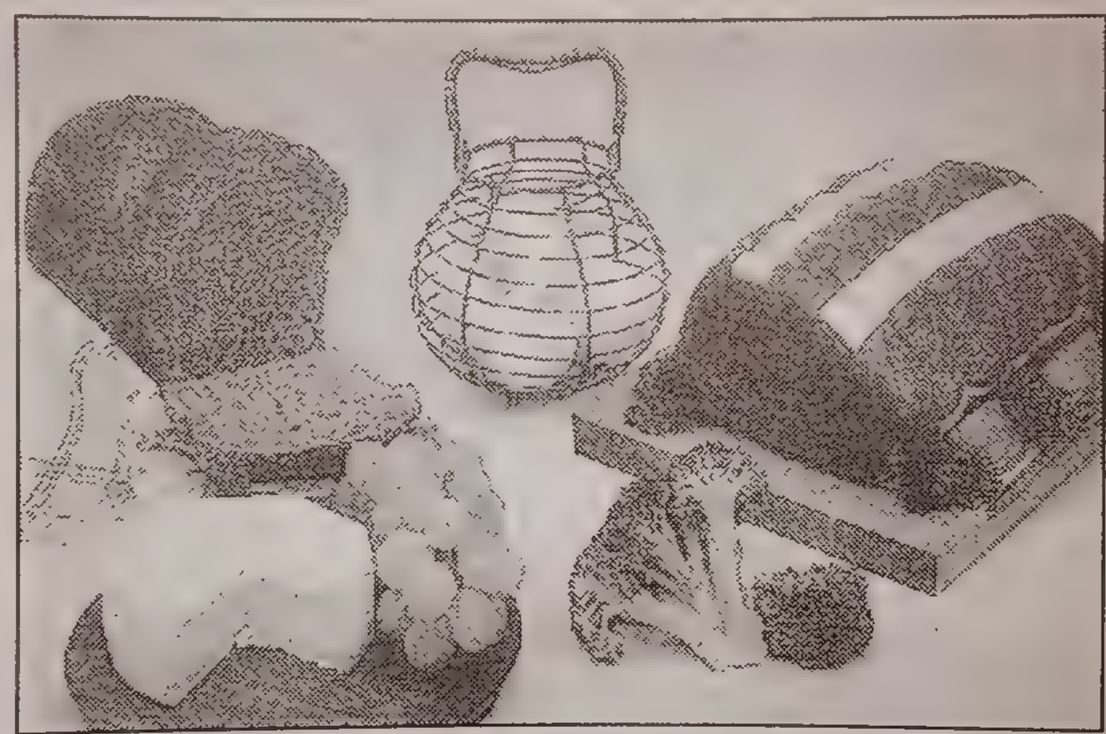
Таким образом, графы таблицы, относящиеся к кислым и сладким фруктам, даны в основном для любителей блюд типа мясо с черносливом, гусь с яблоками.

Овощи зеленые и некрахмалистые. К ним относятся вершки ароматических растений (петрушки, укропа, сельдерея), ботва редиса и свеклы, салат, а также капуста белокочанная, зеленый и репчатый лук, чеснок, огурцы, баклажаны, болгарский сладкий перец, зеленый горошек (редис, редька, брюква и репа — это как бы полукрахмалистые овощи; по своим сочетаниям они скорее примыкают к некрахмалистым овощам, чем к крахмалистым).

Всем зеленым и некрахмалистым овощам — «зеленая улица».

Овощи крахмалистые. Это свекла, морковь, хрен, корешки петрушки, сельдерея, тыква, кабачки и патиссоны, цветная капуста. Значительное содержание крахмалистых веществ накладывает на них некоторые ограничения по сравнению с зелеными и некрахмалистыми овощами. Сочетание крахмалистых овощей с сахаром вызывает сильное брожение, поэтому такое совмещение категорически запрещено. *Эти овощи — лучшее добавление к* **крахмалистой пище.**

Молоко — отдельная еда, а не питье, сопровождающее завтрак, обед, ужин. В животном мире все детеныши, когда они питаются молоком, не принимают больше никакой пищи. Попадая в желудок, молоко должно свернуться под воздействием кислых соков — вот непременное условие его переваривания (именно поэтому диетологи-натуропаты против употребления кипяченого молока, которое теряет это свойство). Если в желудке находится другая пища, то частицы молока обволакивают ее, изолируя от желудочного сока. И до тех пор, пока не переварится свернувшееся молоко, пища остается необработанной, загнивает, процесс пищеварения надолго, затягивается. Известно, что это свойство молока используется при отравлениях: молоко обволакивает испорченную или ядовитую пищу, не давая ей воздействовать на организм и позволяя таким образом выиграть время для срочных радикальных мер.



Творог, кисло-молочные продукты. Их тоже следует сочетать с другой пищей с осторожностью. Творог — это отнюдь не легкая еда, а тяжелый для переваривания белок — казеин молока. Употребление простокваши, ацидофилина и т. п. со сладкими фруктами или сухофруктами вреда не принесет, конечно, при условии умеренности. Сам Шелтон очень любил есть простоквашу с ягодами. Сметана, сыр, брынза — продукты, однородные с кислым молоком, поэтому их можно сочетать.

Сыр, брынза. Самые лучшие сыры, с точки зрения диетологов-натуропатов, — это молодые сыры типа домашних, то есть нечто среднее между творогом и сыром. Брынза (при правильном вымачивании в холодной воде) — полноценный белковый продукт.

Сыры представляют собой сочетание белка и жира (почти в равных долях), который замедляет процесс разложения пищи, поэтому их можно сочетать с кислыми фруктами и помидорами. Творог и кисло-молочные продукты однородны с сыром, поэтому вполне совместимы. Несколько неожиданно мнение Шелтона по поводу сочетания сыра с зелеными и некрахмалистыми овощами.

Яйца. Этот белковый продукт не отличается легкостью усвоения; он всегда рекомендуется диетологами лишь с ограничениями. Однако сочетание яиц с зелеными и некрахмалистыми овощами (в большом количестве) как бы нейтрализует вред от избыточного содержания холестерина. Приемлемо сочетание яиц с небольшим количеством легкого жира (сметана), с крахмалистыми овощами.

Орехи. По сочетаемости с другими продуктами Шелтон часто ставит их рядом с сырами. О правилах совместимости орехов сведений очень мало. Во всяком случае, нужно всегда иметь в виду, что если сыр содержит в большом количестве животные жиры, то орехи в таком же значительном количестве — легкоусвояемые растительные жиры.

Обозначения в таблице	птица	вые	вочное,		ное	ские	ы, ь	ислые, ы	адкие, ты	еленые и листые	листые		исло- е	за		

крахмалистых овощей с сахаром вызывает сильное брожение, поэтому такое совмещение категорически запрещено. *Эти овощи — лучшее добавление к крахмалистой пище.*

находится другая пища, то частицы молока обволакивают ее, изолируя от желудочного сока. И до тех пор, пока не переварится свернувшееся молоко, пища остается необработанной, загнивает, процесс пищеварения надол-

молока. Употребление простокваши, ацидофилина и т. п. со сладкими фруктами или сухофруктами вреда не принесет, конечно, при условии умеренности. Сам Шелтон очень любил есть простоквашу с ягодами. Сметана, сыр,

Во всяком случае, нужно всегда иметь в виду, что если сыр содержит в большом количестве животные жиры, то орехи в таком же значительном количестве — легкоусвояемые растительные жиры.

Обозначения в таблице совместимости продуктов: 4 - ХОРОШО 3 - ДОПУСТИМО 2 - ПЛОХО	Мясо, рыба, птица (постные)	Зернобобовые	Масло сливочное, сливки	Сметана	Масло растительное	Сахар, кондитерские изделия	Хлеб, крупы, картофель	Фрукты кислые, помидоры	Фрукты сладкие, сухофрукты	Овощи зеленые и некрахмалистые	Овощи крахмалистые	Молоко	Творог, кисло-молочные продукты	Сыр, брынза	Яйца	Орехи
Мясо, рыба, птица (постные)	X	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	2	2
Зернобобовые	2	X	2	4	4	2	3	2	2	4	4	2	2	2	2	3
Масло сливочное, сливки	2	2	X	3	2	2	4	4	2	4	4	3	2	3	2	2
Сметана	2	4	3	X	3	2	4	4	3	4	4	2	4	3	3	2
Масло растительное	2	4	2	3	X	2	4	4	3	4	4	2	2	2	2	4
Сахар, кондитерские изделия	2	2	2	2	2	X	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2
Хлеб, крупы, картофель	2	3	4	4	4	2	X	2	2	4	4	2	2	3	2	3
Фрукты кислые, помидоры	2	2	4	4	4	2	2	X	3	4	3	2	3	4	2	4
Фрукты сладкие, сухофрукты	2	2	2	3	3	2	2	3	X	4	3	3	4	2	2	3
Овощи зеленые и некрахмалистые	4	4	4	4	4	4	4	4	4	X	4	2	4	4	4	4
Овощи крахмалистые	3	4	4	4	4	2	4	3	3	4	X	3	4	4	3	4
Молоко	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	X	2	2	2	2
Творог, кисло-молочные продукты	2	2	2	4	2	2	2	3	4	4	4	2	X	4	2	4
Сыр, брынза	2	2	3	3	2	2	3	4	2	4	4	2	4	X	2	3
Яйца	2	2	2	3	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	X	2
Орехи	2	3	2	2	4	2	3	4	3	4	4	2	4	3	2	X

нужен ли городу человек?

Подобно микроорганизмам, растениям и животным, человек является составным элементом окружающего его мира. На протяжении многовековой истории он стремился использовать природу в своих целях. На первоначальном этапе своего развития человечество пользовалось преимущественно дарами природы, занимаясь собирательством плодов и корений, охотой. С появлением и развитием земледелия и скотоводства произошла своеобразная революция, когда человек сознательно выбирал и выращивал растения, приручал животных. А момент, когда люди открыли для себя силу огня, стал переломным этапом в их взаимоотношениях с природой. Человек почувствовал в себе силы изменять и приспосабливать природу под свои потребности. Но в процессе этих изменений, природные богатства стали оскудевать, и людям пришлось позаботиться о том, чтобы брать у природы богатства без ущерба для нее. Для этого в древности и в средние века применялись различные меры по охране природы, когда было запрещено уничтожать отдельные виды растений и животных, для охоты на животных и сбор растительных плодов были установлены определенные сроки, что позволяло сохранить гармонию человека с природой.

19 и 20 века внесли свои изменения в эту гармонию. Активная вырубка лесов и добыча в большом количестве полезных ископаемых (нефть, уголь, горючие ископаемые), рост крупных городов и развитие крупной промышленности, сбрасывание промышленных отходов в реки и озера, кислотные дожди и нарушение озонового слоя атмосферы привели к отрицательным изменениям окружающей среды.

Здесь уместно вспомнить об экологии. В переводе с греческого этот термин означает науку о доме (oikos дом +логия), исследуя условия взаимодействия растений и животных с окружающей средой.

Сегодня большая часть населения России проживает в городах. Город является искусственной экосистемой, созданной человеком. Прежде считалось, что живущий в городе человек независим от природы. Но это не так. Городская среда сильно отличается от естественной природной. Здесь все факторы среды, действующие на человеческий организм, изменены: другая вода, почва, другой климат и воздух.

Изменения микроклимата живущего в городе человека зависят от городских застроек, загрязнения воздуха. Железо-бетонные здания затрудняют естественный обмен воздуха, необходимый для чистоты атмосферы. Поэтому в городских квартирах необходимо постоянно (особенно летом) проветривать помещения. Если этого не делать, то воздух, наполненный выдыхаемым углекислым газом, может вредно сказаться на здоровье человека. При этом среднегодовая температура в городах повышена минимум на один градус. Городской воздух в основном загрязняется при сжигании топлива в двигателях внутреннего сгорания, в котельных и бытовых печах, на промышленных предприятиях. Такой воздух хуже пропускает солнечные лучи, в основном отфильтровывая ультрафиолетовую часть спектра. Это приводит к тому, что в крупных городах выше процент людей с заболеваниями легких и верхних дыхательных путей. По утрам в небе над городом часто можно увидеть дымку. Это смог- результат попадания в воздух пыли и других загрязнителей, образующихся на предприятиях, электростанциях и т. д..

Если говорить о воде, то в городах она часто непригодна для питья. Дело вот в чем. Дождевая вода быстро отводится в канализацию, так как в почву поникнуть ей мешают асфальт, камень и городские застройки. Это приводит к понижению уровня грунтовых вод и к усиленным паводкам на протекающих в черте города реках. Из канализаций, с промышленных предприятий сточные воды загрязняют городские и окрестные водоемы. Стекающая с городского асфальта в озера и реки вода загрязнена песком и поваренной солью(ими посыпают зимой улицы), остатками бензина и смазочных масел.

Приведу один пример По данным агенства АВЭ-инфо в Иваньковском водохранилище (служит основным источником водоснабжения Москвы) три года назад ученые наблюдали "эффект неочищенных прудов", который привел к образованию тины. В водохранилище есть очень опасное место- Шошинский плес. Стоки близлежащего поселка сразу же попадают в Волгу. Сам плес мелководный, что приводит к размножению растительности, которая осенью начинает гнить. Это приводит к сокращению кислорода в воде, к цветению и к гибели рыбы. В результате вода из такого водохранилища становится непригодной для питья. И таких примеров немало.

Но самой серьезной проблемой города я считаю мусор. То, что окраины крупных городов представляют собой огромные свалки различного мусора, никого не удивляет. Лишь единицы задумываются о том, сколько вреда приносят не переработанные твердые бытовые отходы. Помимо того, что свалки портят внешний вид городов, пищевые продукты, гниющие там, полимерные материалы (резина, пластик) выделяют в окружающую среду много вредных веществ. Конечно, проще было бы сжигать весь этот мусор на мусоросжигательных заводах. Тогда количество отходов сократится, но увеличится загрязнение городской атмосферы токсичными веществами, выделившимися при сгорании мусора.

На городскую жизнь человека отрицательно сказываются не только природные факторы. Живя в городе, человек оторван от земли, так как вместо естественного растительного покрова, под ногами ощущаешь твердый асфальт. Если на селе люди постоянно контактируют с землей, то в городах этого нет. Мы носим обувь на резиновой или пластиковой подошве, ходим по асфальту. Городской человек лишен постоянного общения с природой. Здесь мало зелени, практически не слышно пения птиц. И лишь душераздирающей вороний грай будит меня по утрам. Городская суета, стрессы и спешка приводят к различным болезням. Поэтому, на мой взгляд, людям необходимо больше времени проводить на природе: чаще выезжать на отдых в лес, в поле, к реке или к озеру, чтобы быть ближе к живой природе, иметь возможность общаться с ней давая тем самым отдых себе и своей душе.

Быть может они задумаются о своем образе жизни и изменят ее в лучшую сторону?

КСЕНИЯ АЛАДЫШЕВА,
студентка МГУ, г. Саранск.

Как предотвратить квартирную кражу?

и животных с окружающей средой.

Сегодня большая часть населения России с заболеваниями легких и верхних дыхательных путей. По утрам в небе над городом тению и к гибели рыбы. В результате вода из такого водохранилища становится непри-

КСЕНИЯ АЛАДЫШЕВА,
студентка МГУ, г. Саранск.

Как предотвратить квартирную кражу?

ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ

Для начала посмотрите на свою квартиру глазами вора:

— не выделяется ли ваша дверь роскошью среди соседних;

— не слишком ли легко ее открыть (типовые замки, типовая дверь);

— не оставляете ли вы ключ в «надежном месте» (под ковриком, в почтовом ящике, в электрощитке и т. д.);

— есть ли на окнах решетки — если вы живете на первом или последнем этажах, а также если рядом с окном проходит пожарная лестница или растет удобное дерево;

— нет ли на ваших ключах бирки с фамилией, телефоном;

— не висят ли на видном для случайного гостя месте запасные ключи от вашей квартиры.

Разумеется, домушника-профессионала элементарные правила защиты квартиры не остановят. Однако статистика говорит, что, как и многие другие преступления, квартирные кражи более чем в 50% случаев (иногда называются и цифры до 75%) совершают бездомные, подростки, пьяницы, наркоманы и просто любители чужого.

Так как 90% квартирных воров входят через дверь, ее и надо защитить в первую очередь. Жанр энциклопедии не позволяет уходить в технические подробности, замечу только, что хорошую дверь надо, в общем-то, «строить» (желательно с помощью специалистов); [illegible] надежнее — две двери, одна открывается наружу, другая — внутрь. Замки должны быть не только хорошие, но и [illegible]. Желательно поправить их внешний вид, чтобы вор затратил дополнительное время на разгадывание системы. Изнутри у двери должна быть щеколда или засов, а также цепочка.

Выбирать сигнализацию надо, конечно же, в зависимости от ваших возможностей. Надежнее всего — поставить квартиру под защиту объединения «Охрана» МВД РФ: даже если вор успеет уйти, ущерб будет возмещен. Кстати, на охране сейчас в России около полумиллиона квартир.

Автономные сигнализации типа «ревун» или «сообщение соседям» тоже снижают риск ограбления. В некоторых случаях помогали даже подделки под сигнализацию — неожиданно загоревшаяся лампочка спугивала вора, а из-за сработавшей фотовспышки он вынужден был искать фотоаппарат (которого, впрочем, не было) вместо денег и ценностей.

Сигнализация может послужить защитой и при нападении в квартире, если оборудована кнопкой ручного включения. В специальном магазине или офисе службы безопасности вам расскажут подробнее о технических деталях. Но если вы ставите сирену сами, избегайте хотя бы простейших ошибок — например, если она установлена снаружи, вор легко до нее доберется и заполнит, скажем, пеной для бритья. О сирене сообщите надежным соседям и дайте ее послушать.

Полицейские всех стран сходятся в том, что самая надежная безопасность — коллективная. Тем, кто считает коллективизм пережитком советской пропаганды, будет полезно узнать, что во всех развитых странах существуют специальные программы по укреплению соседской взаимопомощи. Вот обычное обращение из американской «полицейской» брошюры:

«Включайтесь в систему взаимонаблюдения. Договоритесь с вашими соседями. Особо следите за теми «бизнесменами» и «ремонтниками», которые приходят в дом в отсутствие хозяев. Сообщайте в полицию о всяких непонятных шумах и действиях незнакомцев.

Соседская взаимопомощь — это и возможность сделать общую дверь на лестничную площадку, и дневные дежурства по подъезду, установка домофона или общего замка на двери подъезда, хорошее освещение и порядок во дворе. Оставьте соседям свой рабочий телефон и попросите в случае необходимости звонить, предложите и свою помощь.

Специалисты говорят, что большинство из нас видели в своей жизни хотя бы одно преступление, но не поняли, что происходит. Если вы сумеете грамотно проинструктировать традиционных бабушек у подъезда, дом резко повысит свои шансы на безопасность. Особенно если учесть, что большинство квартирных краж происходит днем — между 9.00 и 14.00.

Если соседи хорошо знают друг друга, посторонний человек сразу бросается в глаза. Именно поэтому квартирные воры особенно любят «бомбить» только что заселенные дома, где новоселы не успели перезнакомиться, а вынос вещей не вызывает подозрения.

Если вы заметили что-то странное, имейте в виду, что милицию будет интересовать, на какой машине (марка, цвет, номер, вмятины и т. д.) уехали злоумышленники (а она не обязательно стоит у подъезда). Важно, сколько их было, их возраст, рост, цвет глаз, волос, телосложение. Одежда, особые приметы, походка.

Еще одно условие защиты от воров — простейшие привычки бытовой безопасности. Например, уходя из дома (особенно летом), не поленитесь закрыть форточку, а тем более — окно или дверь лоджии. Возвращаясь с работы, сначала задерните шторы, а потом включайте свет (по одной только люстре «специалист» может определить зажиточность квартиры). Не оставляйте в двери записок типа «буду через пять минуты — профессионалу хватит и трех, чтобы уйти не с пустыми руками. Уходя вечером из дома, не выключайте весь свет, оставьте работать и радио. Ну а если вы потеряли ключи, замки надо немедленно сменить.

Очень важна информационная защита, если вы уезжаете в отпуск или командировку хотя бы на два-три дня. Здесь важно, чтобы о вашем отъезде не узнали случайные люди, а надежные соседи — наоборот, были в курсе ваших дел. Чтобы они следили за квартирой, а еще лучше — время от времени вечером заходили к вам, например, поливать цветы. Попросите их также брать вашу почту, чтобы почтовый ящик не рассказывал всем проходящим о вашем долгом отсутствии.

Известны и сомнительные методы — например, подвести ток, установить СВУ (самодельное взрывное устройство) или оставить на видном месте бутылку с отравленным коньяком. Кстати, случай с коньяком и цианистым калием действительно имел место. В результате хозяина квартиры судили за умышленное убийство четырех человек.

Если вы даете объявление о том, что хотите продать что-то ценное (особенно если указываете — звонить от и до), то не удивляйтесь повышенному интересу к себе не только покупателей, но и воров, поэтому лучше договориться о телефоне посредника.

Рок или совпадения?

Многие американцы вздохнули с облегчением, когда в 1989 году подошел к концу второй срок президентства Рональда Рейгана. Вовсе не потому, что президент пользовался нелюбовью, а потому, что Рейгану удалось разорвать 120-летнюю цепочку смертельных совпадений. Начиная с 1840 года, президент, избранный в год, кратный числу 20, умирал на своем посту. Трое хозяев Белого дома: Уильям Генри Наррисон (1773 — 1841), Уоррен Хардинг (1865 — 1923), избранные в 1840 и в 1920 году соответственно, и Франклин Рузвельт (1882 — 1945), избранный в третий раз в 1940 году, умерли своей смертью до окончания президентского срока. Четверо: Авраам Линкольн (1809 — 1965), первый раз избранный в 1860-м; Джеймс Гарфилд (1831 — 1881), год избрания — 1880; Уильям МакКинли (1897— 1901), второе избрание — 1900 год. и Джон Кеннеди (1917 — 1963), избранный в 1960 году, стали жертвами покушений. Рейган, первый раз избранный в 1980 году, счастливо избежал покушения на свою жизнь в 1981 году. Легенда утверждает, что смерть президентов — не просто совпадение и приписывает ее проклятию индейского шамана, наложенному за убийство великого вождя Текумзе полковником Джонсоном, будущим вице-президентом Соединенных Штатов. Текумзе возглавил восстание индейцев шони, начавшееся в 1811 году в Типпеканоэ Крик и закончившееся поражением индейцев в 1813 году. Однако совпадения — на первый взгляд, ничем не связанные между собой события, — не обязательно могут порождаться мистическими причинами. Биолог Поль Каммерер (1880 — 1926) выдвинул гипотезу «причинности» (названную Юнгом в 1952 году гипотезой «синхронности»), по которой совпадения возникают чаще, чем мы думаем, и объясняются пока еще неизвестными закономерностями окружающего нас мира.

ФАКТЫ

В начале апреля 1865 года Линкольн сказал своему другу Ворду Лэмону, что ему приснился странный сон: как будто он заходит в Восточную комнату Белого дома и видит там тело умершего. «Кто умер?» — спрашивает Линкольн у охраны. «Президента убили», — отвечает охранник... Несколькими днями позже Линкольн лежал мертвым в Восточной комнате.

Линкольн и Кеннеди также связаны цепью совпадений. Оба были убиты в пятницу, выстрелами в голову, в присутствии жен. Их убийцы не дожили до суда, а полные имена обоих состояли из 15 букв. Президенты, избранные сразу же после убитых, носили фамилию Джонсон, родились в 1806 и 1906 году соответственно, и их фамилии и имена содержали по 13 букв. Помощник Линкольна, Джон, советовал ему не ходить в театр, где и произошло покушение, а секретарь Кеннеди, Эвелин Линкольн, была против поездки в Даллас. Наконец, помощником Линкольна был бывший секретарь военно-морского флота по имени Джон Кеннеди.

На рисунке:
По легенде, проклятие на президентов США было наложено после убийства предводителя восстания индейцев шони Текумзе в 1813 году.

1901), второе избрание — 1900 год. и Джон Кеннеди (1917 — 1963), избранный в 1960 году,

события, — не обязательно могут порождаться мистическими причинами. Биолог Поль Каммерер

шивает Линкольн у охраны. «Президента убили», — отвечает охранник... Несколькими днями

водителя восстания индейцев шони Текумзе в 1813 году.

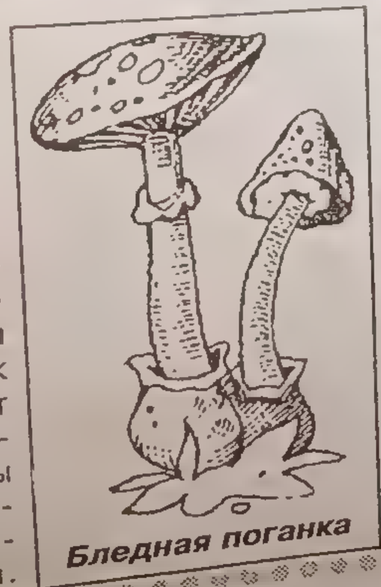
ЯДОВИТЫЕ ГРИБЫ

Совместно со съедобными грибами в лесах растет большое количество видов, малопригодных для употребления в пищу. Так, желчный гриб, по внешнему виду напоминающий белый гриб, обладает очень горьким вкусом, вследствие чего является несъедобным.

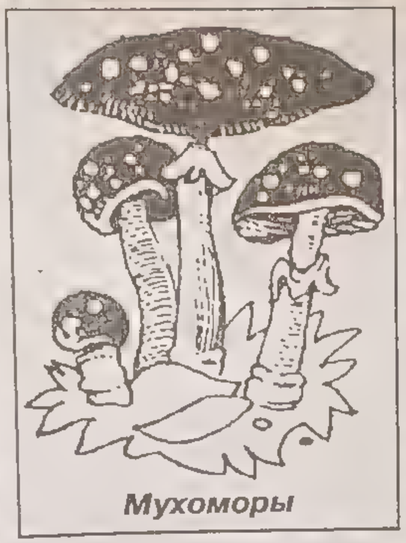
К несъедобным грибам относится также и ложная лисичка, отличающаяся от съедобной более яркой окраской и правильной округлой формой.

Кроме таких несъедобных видов встречаются и явно ядовитые грибы, которые способны вызвать не только отравления человека, но даже смерть. К таким грибам относятся: бледная поганка, красный и пантерный мухоморы, ложный опенок.

Бледной поганки надо особенно опасаться, так как она содержит ядовитые вещества — фаллоидин и аманитин. Она так ядовита, что бывает достаточно небольшой ее части, чтобы вызвать сильное отравление со смертельным исходом.


Бледная поганка

Особенно чувствительны к ней маленькие дети. Признаки отравления наступают поздно — через 12 часов и более. При этом появляются сильные боли в животе, понос, неукротимая рвота. Через 2—3 дня обычно наступает смерть. При небольшом отравлении полное выздоровление наступает очень медленно — через несколько недель и даже месяцев.


Мухоморы

Признаки отравления красным и пантерным мухоморами в отличие от отравления бледной поганкой проявляются уже через 1-1,5 часа. Помимо тошноты и рвоты, для отравления этими грибами характерны головокружение, бредовое состояние, галлюцинации. При отравлении мухоморами также бывают смертельные случаи, но чаще оно кончается выздоровлением через 1-2 дня.

Из группы ложных опят наиболее опасным является ложный серый опенок. Ложные опята вызывают раздражение пищеварительного тракта, что сопровождается тошнотой и рвотой. Отравление ложными опятами протекает в основном в легкой форме.

Отравление может быть при употреблении в пищу не только ядовитых грибов, но и некоторых съедобных, неправильно приготовленных. Из таких грибов наиболее тяжелое отравление могут вызвать сморчки и строчки, о чем уже было сказано выше.

В результате неправильной кулинарной обработки могут возникнуть отравления грибами, содержащими жгучий млечный сок (груздь, волнушка и др.). Эти грибы съедобны, и груздь по своей ценности причисляется к грибам 1 категории. Но их не следует использовать в пищу вареными или жареными; такие грибы надо засаливать. При этом едкий вкус, свойственный этим грибам в свежем состоянии, через 1,5-2 месяца исчезает.


Ложный опенок

Частые отравления грибами наблюдаются при употреблении в пищу слишком старых грибов, в которых начались процессы разложения, или при несвоевременной переработке. В пищу следует употреблять грибы, доведенные до полной кулинарной готовности, и не оставлять грибные блюда на большой срок.

При всяком, даже легком отравлении грибами надо немедленно вызвать врача. До его прихода больного нужно уложить в постель и давать пить холодную подсоленную воду (чайная ложка поваренной соли на стакан воды) небольшими глотками. Кроме того, можно давать крепкий чай, кофе. При отравлении грибами ни в коем случае нельзя давать водку и коньяк, так как спирт ускоряет всасывание организмом грибных ядов. На ноги и живот больного хорошо положить грелки.

ЖИТИЕ СЕРАФИМА САРОВСКОГО

(Продолжение. Начало смотрите "ОЧИЩЕНИЕ" №№ 13-18, 20-28 за 1997 год, №№ 1-36 за 1998 год и №№ 1-20 за 1999 год.)

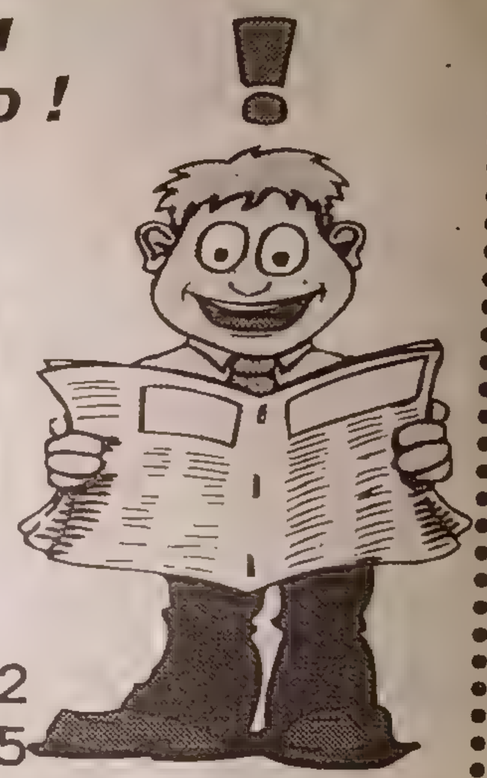
После трапезы мы все пошли в лес, к пустыне отца Серафима. Увидав его издали, сидящего против своего источника, предложили брату идти к нему одному, а сами остались вдали смотреть на них. Брат пошел и принят был отцом Серафимом, по-видимому, очень милостиво, потому что он благословил его и, посадив подле себя, разговаривал с ним с полчаса.

Наконец, отец Серафим, подняв свою голову, сделал нам знак рукою, чтобы мы приблизись. Пока мы подходили, он уже встал с своего места, и мы нашли его, с заступом в руках, капавшего свои грядки. Он был в белом балахончике и повязан тряпичкою. А плечи его были покрыты кожею. Мы получили его благословение, и когда брат подошел к нему также, он сказал ему: "Подожди, батюшка, я сейчас выйду к тебе". С этим словом он пошел в пустынную свою келью и тотчас же вынес оттуда половину просфоры, и подавая ее брату, сказал ему с любовью: "На тебе, от моей души". И потом прибавилась как бы с грустью : "Мы с тобою более не увидимся". Тронутый брат отвечал ему: "Нет, батюшка, я еще завтра приду к вам: благословите". Но отец Серафим повторил: "Мы с тобою более не увидимся". Брат возразил еще: "Батюшка, я и на возвратном пути заеду к вам". Но отец Серафим в третий раз повторил : "Нет, мы с тобой больше не увидимся".

Простившись с отцом Серафимом, мы отправились в монастырь. Сестчал мне так: "Теперь я совершенно убежден в святости и прозорливости этого дивного мужа. Все, что вы ни говорили о нем-истинно и вы ничего не преувеличивали". Прежде же он обыкновенно отзывался о нем так: "Я верю, что он хороший жизни, но вы слишком все преувеличиваете".

Я попросила брата рассказать мне все подробнее, и он рассказал следующее: "Когда я подошел к нему под благословение и объяснил, что отправляюсь в Китай, и потому нарочно заехал в Саров, чтобы принять от него благословение и попросил его святых молитв на такой дальний путь, тогда отец Серафим благословил меня, и посадив около себя, сказал: "Что, батюшка, мое грешное благословение? Проси помощи у Царицы Небесной. Вот в теплом соборе у нас икона Живоносного Источника: отслужи ей молебен. Ведь она чудотворная, она тебе поможет". И потом с улыбкою продолжал: "Читал ли ты, батюшка, житие Иоанникия Великого? Я советую прочесть. Это был военный, весьма добрый и хороший человек, и сначала не то, чтобы он не был христианин. Он веровал в Господа, но в иконах-то заблуждался также, как и ты". И при этих словах он показал на меня рукою. Я был весьма поражен этими словами.

Отец же Серафим продолжал после того милостиво беседовать со мною и давать мне наставления, особенно, чтобы я сам был милосерд, если хочу, чтобы Господь Бог был ко мне милосерд. В заключение он предсказал, что я исполню возложенное на



Кроссворд

также, он сказал ему: "Подожди, батюшка, я сейчас выйду к тебе". С этим словом он пошел в пустынную свою келью и тотчас же вынес оттуда половину просфоры, и подавая ее брату, сказал ему с любовью: "На тебе, от моей души". И потом прибавилась как бы с грустью : "Мы с тобою более не увидимся". Тронутый брат отвечал ему: "Нет, батюшка, я еще завтра приду к вам: благословите". Но отец Серафим повторил: "Мы с тобою более не увидимся". Брат возразил еще: "Батюшка, я и на возвратном пути заеду к вам". Но отец Серафим в третий раз повторил : "Нет, мы с тобой больше не увидимся".

Простившись с отцом Серафимом, мы отправились в монастырь. Сестры шли вперед, а я, грешная Екатерина, с братом, немного позади их. Замечая в брате большую перемену, я спросила его о причине, и он ответил благословение? Проси помощи у Царицы Небесной. Вот в теплом соборе у нас икона Живоносного Источника: отслужи ей молебен. Ведь она чудотворная, она тебе поможет". И потом с улыбкою продолжал: "Читал ли ты, батюшка, житие Иоанникия Великого? Я советую прочесть. Это был военный, весьма добрый и хороший человек, и сначала не то, чтобы он не был христианин. Он веровал в Господа, но в иконах-то заблуждался также, как и ты". И при этих словах он показал на меня рукою. Я был весьма поражен этими словами.

Отец же Серафим продолжал после того милостиво беседовать со мною и давать мне наставления, особенно, чтобы я сам был милосерд, если хочу, чтобы Господь Бог был ко мне милосерд. В заключение он предсказал, что я исполню возложенное на меня поручение и возвращусь благополучно"

(Продолжение следует.)

ЗАДЕРЖКА МОЧИ -

прекращение выделения мочи почками в мочевой пузырь при их заболевании или нарушение оттока мочи из почки вследствие закупорки мочеточников камнями, сдавливания их опухолью, рубцами и т.п.

Домашний доктор

Настой травы петрушки в молоке

Тщательно вымыть 80 г петрушки, облить кипяченой водой и порезать. Сложить в кастрюлю и залить молоком так, чтобы оно покрывало всю траву. Поставить в нежаркую печь и дать молоку выпиться, но не выкипеть; процедить. Принимать по 1-2 столовых ложки каждый час. Все приготовленное лекарство больной должен выпить за 1 день. Средство применялось деревенскими знахарями как сильное мочегонное.

Настой листьев смородины черной

Пить при задержке мочи для освобождения организма от избытка мочевой кислоты.

Настой и сок корней хрена

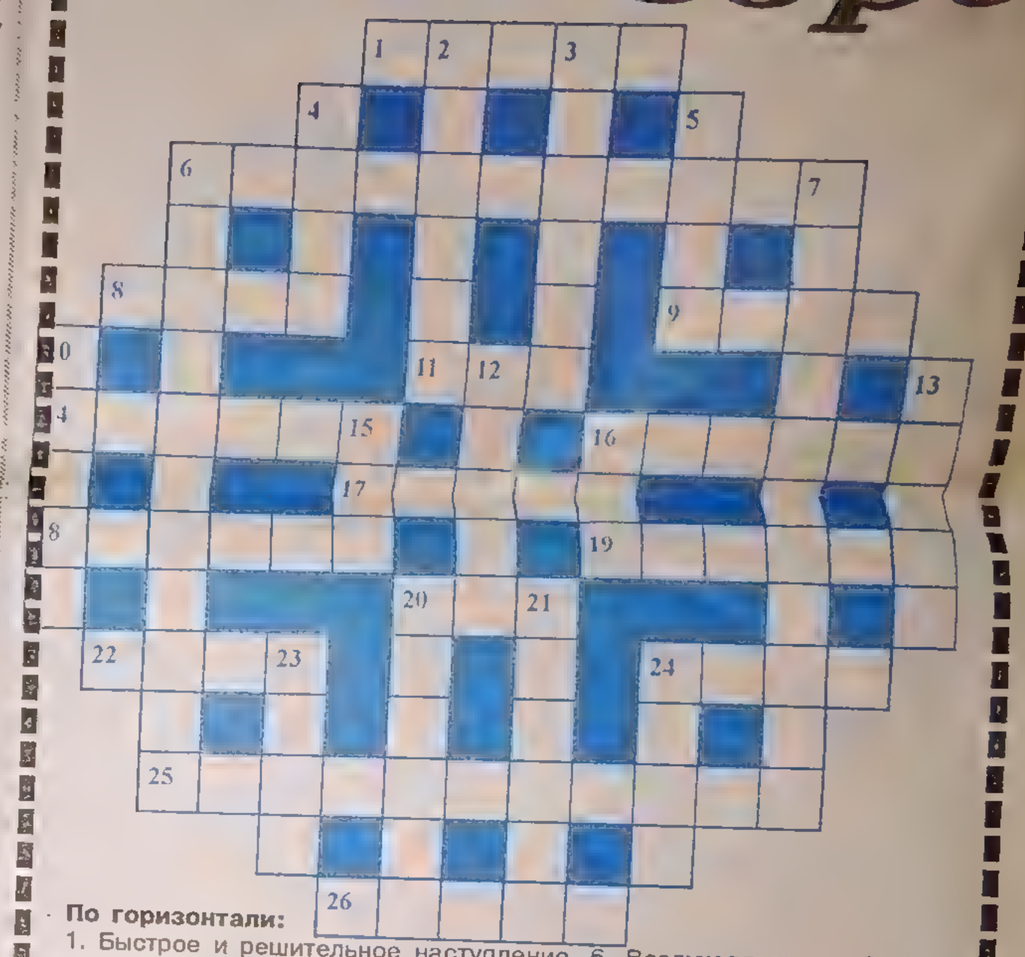
Применять при затрудненном мочеиспускании, мочекаменной болезни.

Настой травы цикория обыкновенного

Одну чайную ложку травы залить 1 стаканом кипятка, настоять и подсластить. Выпить в 2 приема перед едой. Применять при воспалении мочевого пузыря и затрудненном мочеиспускании.

Настойка плодов шиповника

Полбутылки плодов шиповника без косточек залить водкой или спиртом, настаивать 3-6 суток до светло-коричневого цвета. Принимать 2 раза в день по нескольку капель в столовой ложке воды.



По горизонтали:

1. Быстрое и решительное наступление. 6. Воздухоплавание. 8. Совокупность произведений народного творчества. 9. Ночная птица. 11. Армянский народный музыкальный инструмент. 14. Сосуд для хранения содержимого при постоянной температуре. 16. Трагедия У. Шекспира. 17. Естественный водоем. 18. Двуместный велосипед с двойной передачей. 19. Американский кинорежиссер-мультипликатор. 20. Государство в Центральной Африке. 22. Центр Волынской области, пристань на реке Стырь. 24. Армянский поэт. 25. Специальность военнослужащего. 26. Минерал, разновидность агата.

По вертикали:

2. Спортивная игра. 3. Стихотворение М. Лермонтова. 4. Один из средних или верхних этажей в зрительном зале. 5. Портовое сооружение. 6. Форма подготовки научных кадров. 7. Спортсмен-подводник. 10. Химический элемент. 12. Поприще, область деятельности. 13. Промежуточный продукт производства некоторых цветных металлов. 15. Крупная пресноводная хищная рыба. 16. Промежуток времени. 20. Американский актер, сценарист и режиссер. 21. Город на Украине, областной центр. 23. Дальневосточная рыба семейства лососевых. 24. Декоративная композиция (изображение или орнамент) в виде горизонтальной полосы.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В «ОЧИЩЕНИИ» № 20.

По горизонтали:

1. Буер. 4. Лёда. 7. Мандолина. 10. Овен. 11. Ясон. 12. Болид. 14. «Гроза». 15. Анапа. 16. Турку. 17. Бубен. 19. Тачка. 22. Ромб. 24. Неон. 25. Аллегория. 26. Азат. 27. Оман.

По вертикали:

2. Уран. 3. Родео. 4. Люлли. 5. Дыня. 6. Гонг. 7. Мелодрама. 8. Ассамблея. 9. Юнга. 12. Батут. 13. Дамба. 16. Торт. 18. Нант. 20. Агент. 21. Киото. 23. Блюз. 24. Нива.

Учредитель и главный редактор Юрий Аладышев.

Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов публикуемых материалов. Ответственность за достоверность фактов и объявлений несет рекламодатель. Использование материалов допускается только с разрешения редакции. Адрес редакции: 430000, г.Саранск, ул. Советская, 55. Телефоны: (8342) 17-05-95, 17-05-40, 17-67-33. Электронная почта: ... mordovia.mordovis.ru. Газета перерегистрирована Государственным комитетом РФ по печати. Свидетельство № 016273, Тираж 10000. Выходит три раза в месяц. Подписной индекс ... рукописи не рецензируются и не возвращаются. Газета распространяется через УФПС и Роспечать во всех регионах России и Белоруссии. Цена свободная. В печать газета сдана ...07.99г. Подписана в печать в 19.00. Номер отпечатан в ГИПП «Нижполиграф» (Н.Новгород, ул.Варварская, 32). Тел.: 35-04-74. Заказ № 9959.

За советом к прадедам

ЛИСТЬЯ ТОМАТОВ *как инсектицид*

Экстракт из листьев томата оказался прекрасным инсектицидом против травяной тли, и деревья быстро освободились от этого паразита. Дешевизна этого инсектицида дает ему большое право на внимание со стороны садоводов.

ИСТРЕБЛЕНИЕ *улиток*

Выбирают вечер довольно сухой, когда улитки любят выползать в большом количестве, и набрасывают на землю соль; на другой день большая часть улиток оказывается подохшими. Такое средство особенно удобно для предохранения посевных семян в садах и огородах, в которых улитки часто причиняют большие убытки.

«Сельский листок»,
№ 14, 1862 г.

Губительные УТРЕННИКИ

Заметив еще с вечера резкое падение температуры — предвестник утренника, я приготовлял запас холодной воды, поставив на дворе бочку. Утром, если растения оказывались замерзшими, я сейчас же, до восхода солнца, чтобы не дать оттаять зеленым частям растения самим, снаряжал все, сколько имелось под руками, пульверизаторы, наливал в них холодную воду и обильно опрыскивал водою замерзшие растения. К тому времени, когда солнце начинало уже пригревать, опрыскивание должно быть закончено, иначе растения, оттаивая от солнечного тепла, почернеют и погибнут. Под влиянием опрыскивания холодной водой растения постепенно отходят и мороз не приносит им никакого вреда.

Журнал «Сад и огород»,
№ 9, 1910 г.

Капля хрена В МОЛОКЕ

В южной России в летнюю жару тамошние поселяне предохраняли свежее молоко от свертывания и закисания тем, что прибавляли к нему несколько капель свежевыдавленного сока из хрена, после чего молоко взбалтывается.

ВСЕ ЕЕ ЛЮБЯТ

Топинамбур—клубневое, многолетнее растение с крупными продолговатыми листьями, на высоком, крепком, как у подсолнуха, стебле. У нас оно еще называется землякою грушею. Клубни земляной груши (топинамбура) легко переносят большие морозы, будучи оставленными невыкопанными на зиму, и не портятся по вкусу после зимовки, но зато плохо сохраняются в подвалах. Земляную грушу можно разводить на таких плохих почвах, на которых другие культурные растения не дают никакой пользы

Земляная груша, кроме клубней дает еще много зеленого корма (листья), очень питательного и охотно поедаемого козами, овцами, поросятами, кроликами и пр., а стебли ее идут на топливо.

«Сад и огород»,
№ 10, 1910 г.

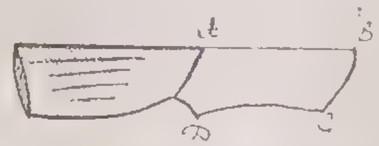
Вода воде РОЗНЬ

Растения в саду можно без вреда поливать и колодезной водой, но все же они заметно лучше растут, если та же колодезная вода наливается предварительно в кадки и стоит 2—3 дня перед употреблением.

«Сад и огород»,
№ 12, 1906 г.

САДОВЫЙ НОЖ

Нож (см. рис.) этот весьма дешев, а между тем вполне заменяет и кривой садовый нож, и окулировочный. Прививка глазком им, например, производится таким образом.



На дичке делается поперечный надрез коры стороной ДС; потом стороной ВС делается тычком продольный надрез, угол С поворачивается в обе стороны и разворачивают кору, куда и вставляется глазок. Такая работа производится очень быстро. Нож очень остр, и, имея сторону СД вогнутую, вполне заменяет кривой нож.

«Сад и огород»,
№ 11, 1907 г.

БОЛТУШКА *для саженца*

При пересадке летом взрослых деревьев выкапывают яму и наполняют водой до половины, затем прибавляют к воде землю, выброшенную из ямы, и взбалтывают; земли, при этом, надо добавить столько, чтобы образовалась негустая земляная кашица (болтушка). Вот в эту-то болтушку и садятся корни дерева, кашица со всех сторон облепляет корни и не дает им высыхать; когда дерево поставлено, яму засыпают до верху землею и опять поливают сверху.

«Сад и огород»,
№ 2, 1907 г.

Яблоко В КАРТУЗЕ

Для получения крупных и нетронутых вредителями плодов в мае, когда плоды достигают величины лесного ореха, каждый плод помещается в бумажный (из глянцевитой бумаги) колпак или картуз, края которого затем стягивают тонкой проволокой. Плоды, заключенные в колпаки, делаются от этого крупные, и кожица их становится безукоризненно гладкой и чистой.

«Сад и огород»,
№ 5, 1904 г.

ДЕГОТЬ *против насекомых*

Путем перемешивания готовится 4%-ная смесь дегтя с почвой и ею посыпают вокруг растений слоем около четверти вершка толщины, а в окружности около трех вершков. Это защищало растения от улиток и разных насекомых. Большой муравейник был оставлен муравьями, как только его обложили дегтярною землею.

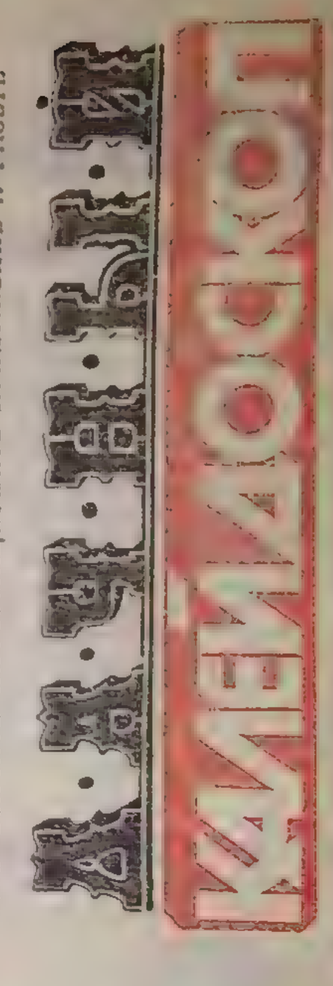
«Сельский листок»,
№ 23, 1861 г.

ЛУННЫЙ ПОСЕВНОЙ КАЛЕНДАРЬ

на май, июнь 1993 г.

ДАЧНИКИ
Ваш дом, сад и огород

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИНФОРМАЦИОННОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ К ГАЗЕТЕ



Индекс 50028. ЦЕНА: договорная.

№ 4—6 (16—18)

Приложение зарегистрировано в Минпечати и информации РФ 20.02.91. Рег. № 1062.

Типография

дать отгнать зеленым частям растения самим, снаряжал все, сколько имеется пульверизаторы, наливал в них холодную воду и обильно оп-

№ 10, 1910 г.

тельного и охотно поедаемого косами, овцами, поросятами, кроликами и пр., а стебли ее

При пересадке летом взрослых деревьев выкапывают яму и наполняют водой до половины, затем прибавляют к воде замерзшую, выброшенную из ямы, и взбалтывают, земли, при

к разных насекомых. Большой муравейник был оставлен муравьями, как только его обложили дегтярною землею.

«Сельский листок», № 23, 1861 г.

ЛУННЫЙ ПОСЕВНОЙ КАЛЕНДАРЬ

на май, июнь 1993 г.

(Указано летнее московское время)

Запрещенные дни для посадки, пересадки и посева овощных культур: май 11 (с 20.44), 12—14 (до 7.51), 21, 26 (с 7.03), 27, 28 (до 10.46); июнь 8 (с 10.39), 9, 10 (до 15.57), 22 (с 13.26), 23, 24 (до 16.18).

Рискованные дни (для овощей): май 1, 2, 28 (с 10.46), 29; июнь 24 (с 16.18), 25, 26 (до 18.45).

Наиболее благоприятные дни для посадки, пересадки и посева овощных культур:

Баклажаны, кабачки, тыква, патиссоны: май 3—5, 30 (с 13.18); 31; июнь 1—3, 26 (с 18.45), 27—30.

Бобы, горох, фасоль: май 3—5, 30 (с 13.18), 31; июнь 1—3 (до 18.01), 26 (с 18.45), 27—30.

Дыня: май 3—5, 24, 25; 30 (с 13.18), 31; июнь 1—3 (до 18.01), 21, 22 (до 13.26), 26 (с 18.45), 27—30.

Капуста: май 24, 25, 30 (с 13.18), 31; июнь 21, 22 (до 13.26), 26 (с 18.45), 27—30.

Картофель: май 7 (с 8.34), 8—11 (до 20.44); июнь 5—7, 10 (с 15.57), 11, 12.

Кукуруза, огурцы, сельдерей на зелень: май 24, 25; июнь 1 (с 15.22), 2, 21, 28 (с 21.37), 29, 30.

Лук на зелень: май 5, 6; июнь 1 (с 15.22), 2, 3, 28 (с 21.37), 29, 30.

Лук на репку: май 5, 7, 8; июнь 1 (с 15.22), 2, 3, 5 (до 22.26), 28 (с 21.37), 29, 30.

Морковь, пастернак, ревень, петрушка и сельдерей на корень: май — 5; июнь 10 (с. 15.57), 11, 12.

Перец: май—5; июнь 1 (с 15.22), 2, 3, 28 (с 21.37), 29, 30.

Петрушка на зелень, салат, кресс-салат, мята: май 24, 25; июнь 21, 26 (с 18.45), 27, 28, 29.

Помидоры: май — 5; июнь — 1 (с 15.22), 2, 3, 28 (с 21.37), 29, 30.

Редис, репа, брюква, редька: май 5, 9 (с 12.51), 10, 11 (до 20.44); июнь 5—7, 10 (с 15.57), 11, 12.

Свекла: май 5, 9 (с 12.51), 10, 11 (до 20.44), 14—16; июнь 5 (с 22.26), 6, 7, 10 (с 15.57), 11, 12.

Спаржа: май 24, 25; июнь 21, 27, 28.

Укроп: май 24, 25; июнь 21, 26 (с 18.45), 27, 28.

Хрен: май 14—16; июнь 10 (с 15.57), 11, 12.

Цикорий: май 5, 7, 8, 9 (до 12.51); июнь 1 (с 15.22), 2, 3, 5, 10 (с 15.57), 11, 12, 29, 30.

Чеснок: май — 5; июнь 1 (с 15.22), 2, 3, 28 (с 21.37), 29, 30.

Шпинат: май 24, 25; июнь 21.

Овощи на семена: май 3, 4, 9 (с 12.51), 10, 11 (до 20.44), 30 (с 13.18), 31; июнь 1 (до 15.22), 5 (с 22.26), 6, 7 26 (с 18.45), 27, 28.

Наиболее благоприятные дни по агротехнике овощных культур, уборке корнеплодов.

Опрыскивание, уничтожение вредителей овощных культур: май 12, 13, 16 (с 20.24), 17, 18; июнь 8 (с 12.39), 9, 10 (до 15.57), 13—15, 18, 19.

Полив овощных культур: май 3—5, 14—16, 24, 25, 30, 31; июнь 1—3, 10 (с 15.57), 11, 12, 21, 27—30.

Сбор корнеплодов: май 7—9, 12, 13, 17, 18; июнь 5, 8—10, 13—15, 18, 19.

Наиболее благоприятные дни для посадки, полива, сбора переработки ягодных культур:

Виноград: май 1, 2, 5, 24, 25, 28, 29; июнь 1 (с 15.22), 2, 3, 21, 25, 26, 29, 30.

Ежевика, малина, смородина черная: май 5, 24, 25; июнь 1—3, 29, 30.

Жимолость: май 1—5, 28—31; июнь 1—3, 25—30.

Земляника садовая: май 14—16; июнь 10 (с 15.57), 11, 12.

Крыжовник, смородина красная: май — ; июнь — ;

Шиповник: май 24, 25; июнь 21;

Сбор ягод: май 9 (с 12.51), 10, 11, 14—16, 19, 20; июнь 5 (с 22.26), 6, 7, 10 (с 15.57), 11, 12, 15—17.

Консервирование ягод, фруктов: май 11 (с 20.44), 12, 13, 19, 20; июнь 8—10, 15 (с 16.19), 16, 17.

Приготовление виноградного сока и вин: май 5, 6, 14—16; июнь 2, 3, 10 (с 15.57), 11, 12.

Обрезка кустарников (лучшие дни для растений): май 9 (с 12.51), 10, 11—16; июнь 6—12, 16, 17.

Неблагоприятные дни для обрезки кустарников: май 1, 2, 8, 9 (до 12.51), 17, 18, 26—30; июнь 13—15, 22—26.

Полив ягодников: май 5, 14—16, 24, 25 30, 31; июнь 1—3, 10 (с 15.57), 11, 12, 21, 27—30.

Внесение удобрений: май 3—5, 14—16, 24, 25, 30, 31; июнь 1—3, 10—12, 21, 27—30.

Культивирование: май 1, 2, 12, 13, 16 (с 20.24) — 19 (до 8.16), 28, 29; июнь 8 (с 12.39), 9, 10 (до 15.57), 13, 14, 15 (до 16.19), 25, 26.

Наиболее благоприятные дни для посадки, агротехники, прививки плодовых культур, сбора и консервирования плодов.

Абрикос, персик, вишня, хурма: май 3, 4, 9 (с 12.51) 10, 11, 30, 31; июнь 1 (до 15.22), 5 (с 22.26), 6, 7, 27, 28.

Айва: май — ; июнь — ;

Грецкий орех: май — 19, 20; июнь 15 (с 16.19), 16, 17.

Груша, инжир, слива; май 3, 4, 5 (до 6.57), 30 (с 13.18), 31; июнь 1 (до 15.22), 26 (с 18.45), 27, 28.

Яблоня: май 7, 8, 9 (до 12.51); июнь 5.

Прививка: май 5, 24, 25; июнь 1 (с 15.22), 2 3 (до 18.01), 21, 29, 30.

Омолаживание старых деревьев: май 9 (с 12.51), 10, 11, 14—16, 19; июнь 6, 7, 10 (с 15.57), 11, 12, 16, 17.

Опрыскивание плодовых деревьев: май 7, 8 9 (до 12.51); июнь 18, 19.

Мульчирование, окучивание: май 11 (с 20.44) 12, 13, 16 (с 20.24), 17, 18; июнь 8, 9, 10 (до 15.57), 13—15, 18, 19.

Сбор плодов: май 7, 8, 9 (до 12.51), 16 (с 20.24), 17, 18, 19 (до 8.16); июнь 5, 13—15 (до 16.19).

Консервирование фруктов: май 14, 15, 16 (до 20.24); июнь 10 (с 15.57), 11, 12.

Работы по этому календарю проводятся в соответствии с погодными и сезонными условиями Вашего региона, а также пригодны для защищенного грунта. Выбирайте те рекомендации, которые подходят к Вашим условиям.

Прочерк означает, что оптимальных дней для проведения данных работ в этом месяце нет, но их можно проводить в другие дни, кроме «запрещенных» и «рискованных», учитывая при этом фазы луны и прохождение Луной знаков зодиака.

И. ЗЕЗЕТКИН.

ПРОХОЖДЕНИЕ ЛУНОЙ ЗНАКОВ ЗОДИАКА

	май	июнь
Овен	16 (20.24)	13 (4.14)
Телец	19 (8.16)	15 (16.19)
Близнецы	21 (18.07)	18 (2.12)
Рак	24 (1.38)	20 (8.05)
Лев	26 (7.53)	22 (13.26)
Дева	1 (5.00), 28 (10.46)	24 (16.18)
Весы	3 (6.20), 30 (13.18)	26 (18.55)
Скорпион	5 (6.57)	1 (15.22), 28 (21.37)
Стрелец	7 (8.34)	3 (18.00)
Козерог	9 (12.51)	5 (22.26)
Водолей	11 (20.44)	8 (5.39)
Рыбы	14 (8.51)	10 (15.57)
Новолуние	1 (18.07)	20 (6.53)
Полнолуние	6 (8.35)	4 (18.03)
Растущая луна	с 22 апреля до 6 мая (8.35)	
	с 21 мая (18.07)	до 4 июня (6.53)
	с 20 июня (6.53)	до 4 июня (4.46)
Убывающая луна	с 6 мая (8.35)	до 21 мая (18.07)
	с 4 июня (18.03)	до 20 июня (6.53).

точность приведенных фактов, цитат, экономико статистических данных, собственных имен, географических названий и других сведений, а также за разглашение данных, не подлежащих открытой публикации.

Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

При перепечатке ссылка на «Лунный календарь» обязательна.

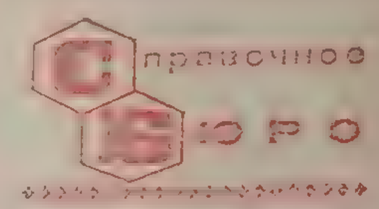
Приложение зарегистрировано в Минпечати и информации РФ 20.02.91. Рег. № 1002.

Типография издательства «Пресса».

Тираж 53100 экз.

Подписано в печать 13.04.93 г.

Гиз. № 11313.



СЪЕДОБНЫЙ ИНДИКАТОР

Как без специальных приборов определить загрязненность почвы на участке?

Е. РАВИНСКАЯ

Москва.

Анализ почвы и воды на загрязненность — довольно сложная и трудоемкая операция.

Если семена кресс-салата посадить в нормальную увлажненную почву, они прорастают уже через два-три дня. Если же почва или увлажняющая ее вода чем-то загрязнены, семена не прорастут. Для проверки небольшие пробы почвы помещают в стеклянные сосуды, сажают туда семена кресс-салата и поливают водой. Если семена прорастут, загрязнений нет, если же ростки не покажутся, предстоит лабораторный анализ, который уже конкретно определит, что именно и в каком количестве содержится в проверяемых образцах.

Наука и жизнь, № 2, 1985 г.

От редакции: но, прежде чем поставить опыт, не забудьте проверить семена на всхожесть.

Уроки садовой хирургии

НОВЫЕ ПРИВИВКИ
садовода А. ФРОЛЕНКО

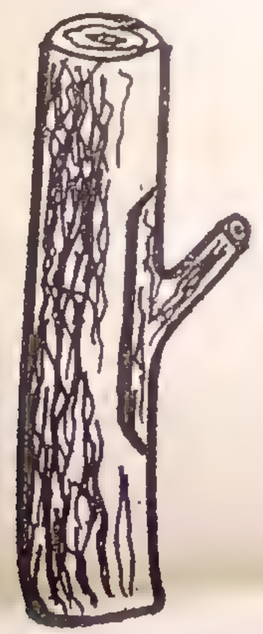
Кроме известных прививок я много лет применяю в своем саду и новые прививки. Они более совершенные и прогрессивны, однако при этом я не отрицаю и существующие, хотя они и имеют наряду с другими и такой большой недостаток как непрочность в первые годы после прививки.

Предлагаемые мною способы позволяют ускорить выращивание саженцев и вступление их в плодоношение по сравнению с обычными на год и более, а главное — просты в исполнении. Достигается это путем изменения технологии прививок: во-первых, применением черенков длиною в 2—2,5 раза больше обычных; во-вторых, за счет удлинения срезов в два раза и в-третьих, это перенесение прививки черенка в вершину подвоя вместо корневой шейки, как рекомендуется и до сих пор делается. При такой технологии я не выращиваю одногодичного побега, а используя штамб подвоя и экономлю на этом год и более, и получаю к осени саженец-двухлетку

При помощи таких прививок можно исправлять в молодом возрасте (до 3—5 лет) врожденные дефекты кроны: отхождение ветвей под острыми углами, разреженность кроны, голенастость ветвей, удлинение ветвей, живые перемычки и другие дефекты. А при формировании кроны добавленные побеги или ветки располагать по желанию садовода. Разве это не чудо! Все это ускоряет формирование кроны на год и более. После таких исправлений дерево уже будет расти здоровым, урожайным и красивым.

Весна, лучшее время для проведения прививок и перепрививок всех плодовых и кустарников. Погода в это время почти всегда солнечная, теплая и садовод приступает к работе в хорошем настроении.

У дерева все должно быть прекрасным



Прививка щитком вприклад. (Рис. 1).

Этот метод прививок я разработал сам и применяю уже более 35 лет. За это время много исправил молодых саженцев, у которых были кроны разреженные и с дефектом.

Проводя прививку на стволике или ветке, делаю продольный вырез-лыску длиной 5—10 см, врезаясь в древесину примерно от 3 до 10 мм, чем толще подвой, тем длиннее и глубже делаю вырез-лыску. При этом основание лыски должно быть ровным и гладким.

Побег или ветку срезаю со щитком примерно таких же размеров, как и у подвоя. Сам щиток и в особенности кончики должны быть хорошо подогнаны и соответствовать вырезу-лыске, а камбиальные слои в основном совпадать. После того, как будет достигнуто совпадение подвоя с привоем, побег или ветку со щитком прикладываю к лыске, плотно прижимаю и обматываю лентой шириною 10—15 мм липкой стороной к коре винтообразно, внахлест, нанося ее в два-три слоя, а около побега еще и крест-накрест, чтобы не пропустить оголенного места. В особенности надо крепко прижать и обмотать нижний кончик привоя, так как он играет основную роль в приживании черенка.

Эту прививку применяю и для исправления дефектов кроны у саженцев и молодых деревьев до 5 лет.

Такой метод прививки позволяет при формировании кроны создавать дополнительные скелетные ветви на стволе или заменять недоразвитые, а также расположенные под острым углом отхождения и на оголенных ветвях, из-за чего крона оказалась разреженной, однобокой, а ветки голенастыми.

Такой прививкой можно исправить любой саженец, у которого с одной стороны есть скелетная ветка, а с другой нет или вообще веток нет с обеих сторон. Саженец надо посадить, как обычно, а на второй год рано весной привить щитком вприклад одну ветку или две, и саженец уже будет расти здоровым и красивым.

Есль ветка растет под острым углом отхождения, я ее срезаю, а на ее месте или рядом, как будет удобно, прививаю качественную нужного размера.

Ветвь, расположенную под острым углом отхождения можно укрепить и другим способом. Для этого в развилке на высоте 25—35 см на стволе или ветке прививаю побег щитком вприклад длиною до 30 см, а если нет на стволе и ветке подходящих побегов, тогда прививаю два побега на стволе и ветке. На следующий год, когда побеги хорошо прирастут друг к другу, рано весной их соединяю, прививая копулировкой с удлиненными срезами, но чтобы ветвь не раскачивал ветер, я временно ее закрепляю, привязывая к стволу. Получается как бы живая перемычка, которая с каждым годом утолщается и крепко, надежно держит ветвь.

Прививка с уступом.

Ее я разработал полностью самостоятельно и применяю к растениям-кустарникам, имеющим увеличенную сердцевину у однолетних побегов, у роз, калины, винограда, актинидии, сирени и др.

Метод таких прививок заключается в следующем. На подвое делаю тонкий срез древесины, касаясь немного

(Рис. 2).

сердцевины, длиною примерно 3 см и далее делаю надрез под углом около 70°, и продолжаю срез с тонким слоем древесины также на длину 3 см.

Черенки применяю длиною 20—25 см диаметром от 5 мм и более. Иногда применяю и лианы длиною от 50 см и более. Место совмещения компонентов прививки обматываю лентою шириной 7 мм винтообразно, внахлест, в один-два слоя. Торцы замазываю варом.

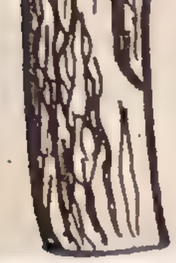
Прививаю на дички и в крону. Компоненты должны быть одинакового диаметра.

А. ФРОЛЕНКО.
Консультант Московского общества садоводов. Изобретатель.

Чтоб не завяли

В старое время на каждом подворье содержали скотину и все ополоски слиически безотходным. Сейчас в связи с перемещением населения в город даже твердые отходы выбрасываются.

количестве воды и этой водой поливают компост. Он быстрее и качественнее созревает. А вообще, можно за-



Прививка щитком вприклад. (Рис. 1).

вырез-лыску. При этом основание лыски должно быть ровным и гладким.

Побег или ветку срезаю со щитком примерно таких же размеров, как и у подвоя. Сам щиток и в особенности кончики должны быть хорошо подогнаны и соответствовать вырезу-лыске, а камбиальные слои в основном совпадать. После того, как будет достигнуто совпадение подвоя с привоем, по-

Эту прививку применяю и для исправления дефектов кроны у саженцев и молодых деревьев до 5 лет.

Такой метод прививки позволяет при формировании кроны создавать дополнительные скелетные ветви на стволе или заменять недоразвитые, а также расположенные под острым углом отхождения и на оголенных ветвях, из-за чего крона окаг

ветвь.

Прививка с уступом.

Ее я разработал полностью самостоятельно и применяю к растениям-кустарникам, имеющим увеличенную сердцевину у однолетних побегов, у роз, калины, винограда, актинидии, сирени и др.

Метод таких прививок за-

лентою шириной 7 мм винтообразно, внахлест, в один-два слоя. Торцы замазываю варом.

Прививаю на дички и в крону. Компоненты должны [illegible] диаметра.

А. ФРОЛЕНКО.
Консультант Московского общества садоводов. Изобретатель.

Чтоб не завяли

САЖЕНЦЫ

Не стоит приобретать саженцы плодовых культур с наплывами на корнях; со скелетными корнями короче 15 см при отсутствии мелких корней. Следует помнить, что корни очень чувствительны к отрицательной температуре, солнечным лучам и ветру.

После покупки саженцев их корни следует сразу же завернуть во влажную ткань, затем в пленку, а чтобы не обломать ветви, осторожно связать шпагатом надземную систему. Если у саженцев сохранились листья, то их следует оборвать. Они ускоряют подсыхание растений. Если саженцы подсохли в пути или при хранении, их ставят в воду на 1—2 дня, чтобы ткани восстановили тургор. При этом в воду помещают не только корневую систему, но и штамб с частью ветвей, так как они тоже способны впитывать влагу. Если саженцы высаживают не сразу, а через несколько дней, то их временно прикапывают, предварительно освободив корневую систему от упаковки. Перед прикопкой посадочный материал внимательно осматривают, удаляют больные, поломанные корни и ветви до здорового места. При качественной прикопке раны на корнях быстро заплывают каллусом и около них образуются новые корешки. Прикапывают саженцы в затененном месте, корни осторожно засыпают почвой, которую слегка уплотняют и поливают.

Из книги С. Шляпникова «В помощь садоводу-любителю».

Плодородие

«КОМПОТЫ» для растений

В старое время на каждом подворье содержали скотину и все ополоски сливались для нее в отдельное ведро. Крестьянское хозяйство было практически безотходным. Сейчас в связи с перемещением населения в город даже твердые отходы выбрасываются, не говоря уже о жидких.

Между тем тот же отвар после варки свеклы и картофеля может быть использован как экологически чистое удобрение для комнатных цветов. Используя его вместо поливочной воды, вы сами заметите недели через две как цветы приобретут более яркую окраску. Одно условие, так как настой содержит в основном азот и витамины, то им надо поливать растения весной или летом, когда они интенсивно растут. Если поливать их зимой в самые короткие дни, то растения могут вытянуться.

Полезно использовать также воду после промывки круп, гороха, фасоли, сушеных грибов и сухофруктов, настой старого чая, кофе. Все это не нуждается в строгой дозировке. Но, конечно, не следует заливать цветы. Корни их должны дышать, а для этого не превращайте землю в кашу, она должна быть насыщена воздухом. Поэтому, если земляной ком сырой, то не следует поливать настоем, а слить его в хорошо промытую банку из-под шампуня и оставить для следующего раза.

Годится для подкормки комнатных растений также вода после промывки мяса, вода после мытья бутылок из-под кефира, молока, сметаны, растительного масла, сковородок. Слесари-водопроводчики примерно два раза в год вынуждены спускаться в канализационные люки и ломом убирать огромные куски закаменевшего жира — вот сколько добра сливается бесцельно в канализацию! Водой, которая содержит жир, можно поливать растения, но не чаще одного раза в месяц, если почва уплотнена. И два раза, если земля в цветочном горшке пористая. Более частое употребление может привести к закисанию почвы. В любом случае слегка подсохшую после полива почву обязательно рыхлят, перемешивая верхние слои с нижележащими, или мульчируют, т. е. подсыпают немного свежего субстрата. Если поливка ведется в меру, то растения лучше развиваются, ярче цветут и сильнее плодоносят, имеют пышную красивую крону. Жир является кормом для микроорганизмов, которые, в свою очередь, поставляют пищу растению. Почва, в которой хорошо живется микроорганизмам,— здоровая, она создает все условия для развития корней.

И практически без всякого ограничения любые вещества, содержащие жир, могут добавляться в садовые компостные кучи. Кроме перечисленного это может быть и испорченный к примеру кусочек маргарина. Только не надо зарывать его в землю, а лучше всего растворить в ведре теплой воды или кипятка и полить кучу. После этого в куче, как правило, начинается еще более настойчивая и кропотливая работа микробов по строительству перегноя.

Заботливые садоводы и огородники не выбрасывают картофельные очистки, а варят их, разводят в большом количестве воды и этой водой поливают компост. Он быстрее и качественнее созревает. А вообще, можно варить не только очистки, но все, что содержит органическое вещество, например, траву, сорняки.

То, что мы вносим вместе с этим «компотом» в почву, не заменят никакие минеральные удобрения. В хорошей, часто вскапываемой, проветриваемой земле живут только полезные микробы. Все вредные, даже если они и попадут каким-то образом, уничтожаются.

Компостную кучу, для того, чтобы она дышала, нужно раза два-три за лето протыкать в разных местах железным штырем до дна или перелопачивать. Это также ускоряет созревание перегноя. А также обеззараживает. Инфекция без доступа воздуха может храниться под землей. Но если к очагу инфекции поступает воздух и соприкасается с ним земля, то в очень короткий срок происходит обеззараживание.

Т. ПШЕНИЧНИКОВ,
овощевод-любитель.

Комментарий научного сотрудника отдела агрохимии ВСТИСП В. ПЕТРОВОЙ

Растения, как и все живые существа, нуждаются в пище. Они не могут непосредственно из почвы усваивать сложные органические соединения типа жиров, белков, углеводов. И здесь им на помощь приходят микроорганизмы, которые в процессе своей жизнедеятельности переводят сложные органические молекулы в более простые, доступные для растений.

В составе клеток жиры синтезируются из более простых минеральных элементов, а не потребляются в готовом виде. Автор справедливо предлагает использовать отходы жиров для компостирования.

Можно добавить к этому, что при использовании отходов чая и кофе почва обогащается азотом, т. к. в состав этих напитков входит кофеин, содержащий азот.

Все приемы, направленные на активизацию жизнедеятельности микрофлоры, способствуют обеззараживанию почвы.

№ 14—26 (111—123)

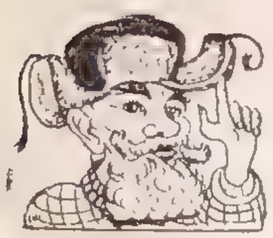
ВАШ ДОМ, САД И ОГОРОД

ДАЧНИКИ

ПРЕДЛАГАЮТ СОВЕТУЮТ ПРОДАЮТ ИЩУТ

Еженедельная Массовая Газета

ЦЕНА: договорная. Индекс 50028.

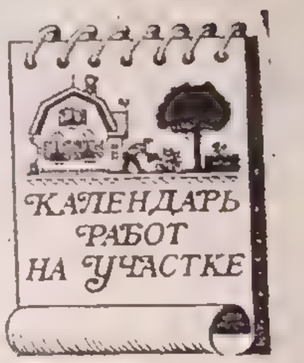


...Можно пользоваться стеблями старой крапивы для отопления. Когда стебли просохнут, их связывают в небольшие снопы, которые отлично горят, причем по отделяемому жару их можно сравнить с березовым поленом.

...Мыши принадлежат к числу самых злейших врагов сельского хозяина. При их появлении хозяева должны дружно принимать все меры для их истребления, потому что только общими усилиями можно предотвратить угрожающее бедствие. Но самым лучшим предохранительным средством против чрезмерного размножения мышей всегда остается охрана животных и птиц, питающихся ими: ежей, горностаев, хорьков, сов.

...Чтобы избавиться от кротов, один садовник выкапывает вдоль гряд небольшую канавку вершка в три—четыре глубиною, кладет в нее бечевку, напитанную каменноугольным дегтем и засыпает ее потом снова землею. Через эту подземную преграду, по его словам, не переходит ни один крот, потому что деготь пахнет очень сильно, а кроты, обладающие очень тонким обонянием, не могут выносить этого запаха.

Сельский листок, № 15, 1832 г.



ИДЕТ ПОДПИСКА на газету «ДАЧНИКИ» (инд. 50028) и приложение: «Дачный КАЛЕЙДОСКОП» (инд. 50264). На II полугодие 1993 г.

Спешите подписаться! Срок подписки истекает 10 мая.

ВНИМАНИЮ ПОДПИСЧИКОВ И РАБОТНИКОВ СВЯЗИ!

Обратите ваше внимание, что каталожные цены на газету «ДАЧНИКИ» и «Дачный КАЛЕЙДОСКОП» указаны в 1-м Дополнении к Каталогу:

	Периодичность	Каталожная цена		
		1 мес.	3 мес.	6 мес.
Газета «ДАЧНИКИ» (инд. 50028)	4 раза в мес.	150 р.	450 р.	900 р.
Приложение «Дачный КАЛЕЙДОСКОП» (инд. 50264)	1 раз в мес.	35 р.	105 р	210 р.

АНОНС ● АНОНС ● АНОНС ●

ЛАНДЫШИ ПОД ЯБЛОНЕЙ

****

О КАРТОШКЕ

****

Съедобный индикатор

Письмо в номер

ЗОЛОТО на свалке

Статистика утверждает, что американцы производят больше всех в мире... мусора и отбросов. (Народная газета от 15.07. 92 г.).

Какова «производительность» в выпуске мусора и отбросов российской, отдельно взятой семьи и сколь велик объем этой «продукции», поставляемой ею на свалку, мне неизвестно, но думается, что мы, россияне, «принципиально» не уступаем американцам в этом вопросе. И если раньше год-два назад специальные рабочие бригады сортировали содержимое мусоросборников дома, отдельно затаривая стекло, хлебные отходы, тряпки, бумажную макулатуру и др., то теперь спецмашина в считанные минуты опрокидывает ящики с отходами в свой приемный бункер—всем валом и быстренько поехали на свалку. А еще было время, когда в каждом подъезде, на каждом межэтажье дома стояли специальные ведра с крышками для сбора пищевых отходов. Теперь всего этого нет. А жаль, сколько добра пропадает. Конечно, некоторые садоводы и зимой возят пищевые отходы на свои дачные участки, компостируя их потом. Но не всем это доступно: кому далеко, кому здоровье

НЕ ЗАТЯНИТЕ «УЗЕЛОК»

иначе «узел» работ придется рубить и полетят «щепки»

В Нечерноземной зоне на кислых почвах следует провести известкование, внести минеральные и органические удобрения.

Высевают в Нечерноземье в конце апреля петрушку, лук, пастернак, зеленные и пряные культуры, высаживают лук-севок, готовят грядки в открытом грунте под высадку рассады помидор и огурцов, заправляя их навозом и перегноем.

В начале мая проводят посев огурцов для получения горшечной рассады, посев моркови, свеклы, редиса в открытом грунте, высадку картофеля, рассады ранней капусты. При безрассадном выращивании

НА ЗОВ ВЕСНЫ

Под звонкие скрипочки овсянок и синичьи колокольчики сыплется по сухим стволам и сучьям дятловая дробь. На этот зов весны мчатся к родным местам наши пернатые друзья. Вот и первые ее вестники-разведчики — белоклювые грачи. Грач зиму «расклевал», значит и долгожданные скворцы уже на подлете. Вместе со скворцами возвращаются реполовы, зеленушки, а затем жаворонки, юлы, белые трясогузки, дрозды, зарянки, заблики, чибисы.

Когда зацветут на солнцепеке первые весенние цветки мать-и-мачехи, когда в воздухе запорхают первые бабочки-крапивницы, появляются серые журавли. Редко кому приходилось наблюдать, как эти голенастые птицы среди мохового болота исполняют свой таинственный танец. Токование открывает старый журавль. Он выходит на середину круга и начинает покачиваться на своих длинных ногах, затем в танец включается его гибкое тело. Своей темпераментностью «старик» вовлекает в танец всю стаю.

Не удивляйтесь, если среди болотной топи вы услышите бой перепела, щебетание ласточки, пронзительный крик стрижа или даже кудахтание курицы. Это дает знать о себе синезобая пересмешница-варакушка, одна из самых красивых птиц средней полосы России.

В конце апреля заявляет о себе и кукушка. Усядется на сучок, опустит вниз крылья и начинает отсчитывать свое неизменное «ку-ку». Вслед за кукушками возвращаются на приречные уремы (заросли) соловьи. Исхудавшие от длительного перелета, они целыми днями молча разыскивают среди древесной трухи, прошлогодних листьев и мха различных насекомых. Но пройдет два-три дня и из кустов послышится сначала робкое «фиувить-трр», а затем черемуховые и ольховые заросли наполнятся щелканьем, свистами. Даже самый занятой человек не может не остановиться на несколько минут, чтобы послушать одного из лучших пернатых солистов.

В начале мая, как только выбросит красная бузина свои листья, огласят округу флейтовые мелодии черноголовых, садовых, серых и ястребиных славок. Вслед за ними прилетают стрижи, чечевицы, перепела, иволги, кустарниковые и садовые камышевки, речные сверчки.

Самыми последними, в конце мая — начале июня возвращаются на свои излюбленные поймы, торфяные болота, гари, дубровник. Его легко отличить по блестяще-черному горлу и щечкам и коричневой полосе поперек зоба. Сядет дубровник на былинку или кустик и насвистывает что-то о весне.

В. ФЕДОТОВ,
ветеринарный врач

дельно затаривая стекло, хлебные отходы, тряпки, бумажную макулатуру и др., то теперь спецмашина в считанные минуты опрокидывает ящики с отходами в свой приемный бункер—всем валом и быстренько поехали на свалку. А еще было время, когда в каждом подъезде, на каждом межэтажье дома стояли специальные ведра с крышками для сбора пищевых отходов. Теперь всего этого нет. А жаль, сколько добра пропадает. Конечно, некоторые садоводы и зимой возят пищевые отходы на свои дачные участки, компостируя их потом. Но не всем это доступно: кому далеко, кому здоровье не по воляет. И я тоже к этой категории принадлежу, и решил я заняться утилизацией пищевых отходов. Использую больше чем на 90% пищевые отходы нашей семьи. Для чего, перед очистной овощей и фруктов последние обязательно мою, гнилые места вырезаю.

Очистки, срезки, крошки сушу на отопительных батареях в квартире в специальных лоточках, сделанных из коробок из-под молока, геркулеса, детского питания и, когда накапливается определенное количество сухого «пищевого» полуфабриката, пропускаю его через мясорубку. Получаются вместе гранулы и мука. Гранулы отделяю посредством сита.

Гранулированный комбикорм, полученный из отходов, охотно клюют птицы. А мука, полученная из кожуры и отходов картофеля, капусты, кабачков, и тыквы, свеклы, моркови, яблок, зерновых культур — это хорошая добавка в «болтушку» при кормлении домашних животных. Ну, а то, что вышеуказанные мука и гранулы прекрасное удобрение (скомпостированное), я думаю согласны все. И времени уходит совсем мало, а польза существенная.

Б. ЕВДОКИМОВ.
г. Электросталь.

конце апреля петрушку, пастернак, зеленные и пряные культуры, высаживают лук-севок, готовят грядки в открытом грунте под высадку рассады помидор и огурцов, заправляя их навозом и перегноем.

В начале мая проводят посев огурцов для получения горшечной рассады, посев моркови, свеклы, редиса в открытом грунте, высадку картофеля, рассады ранней капусты. При безрассадном выращивании капусты в Нечерноземье ее посев проводят 15—25 апреля, а на юге на 5—10 дней раньше. В Ростовской области, на Северном Кавказе в последней декаде апреля проводят посев томата, перца, баклажан

К концу месяца многое в саду уже сделано — обрезаны деревья и кустарники, раны замазаны, сучья порублены и рассортированы: что-то пойдет в топку, что-то на поделки. Кто не успел обрезать растения или погода помешала, может это сделать и сейчас, время еще не упущено.

А вот период перепрививки деревьев завершается. Очень важно проследить за состоянием черенков — почки на них не должны трогаться в рост.

Где позволяют погодные условия, на плантациях земляники убирают старые пожухлые листья, оставшиеся с прошлого года, ненужные плети с розетками удаляют и используют в компосты. Нужно внести минеральные удобрения и тут же заделать их граблями.

Под кустарниками почва подсыхает медленнее, тем не менее надо тоже внести минеральные удобрения и провести рыхление с помощью вил. Неплохо бы и внести мульчматериалы. Еще есть время подкормить малину минеральными удобрениями и провести рыхление почвы. Вот-вот появятся новые отпрыски, и их надо опрыснуть против малинной мухи.

Самое время провести посадки плодовых, ягодных и декоративных растений.

В. ЛУДИЛОВ
доктор с.-х. наук,
профессор
Е. ЯРОСЛАВЦЕВ
кандидат с.-х. наук

ЛАНДЫШИ под яблоней

В старых садах у нас обычно приствольные круги содержат под задернением, что защищает почву от смыва, не дает возможности развиваться сорнякам, повышает деятельность дождевых червей. А ранней весной и поздней осенью предохраняет деревья от морозов. И уже созревшие яблоки, падая, не повреждаются.

Слов нет, задернение — это хорошо. Но чем лучше всего занять эту площадь? Я многое перепробовала, и траву газонную сеяла, и клевер, но однозначно пришла к выводу — лучше ландышей нет ничего. В моем саду все приствольные круги засажены этими удивительно милыми цветами из песни, занесенными, к слову, в Красную Книгу.

В апреле появляются изумрудные всходы, а с мая и до середины июня все в кипении белых цветов. Аромат пьянящий. В августе это коралловокрасные шарики цветов. Получаются удивительно прекрасные клумбы.

Яблони и облепиха ежегодно дают высокий урожай, мне думается к этому причастны и ландыши.

Ухода цветы требуют небольшого. Ранней весной вношу 15 г мочевины и столько же аммиачной селитры на квадратный метр. Осенью — органические удобрения, которые питают и цветы и яблони.

Сейчас трудное время и ландыши приносят доход — весной цветы охотно покупают.

Ландыши лучше рассаживать осенью в бороздки на расстоянии 10 см друг от друга, выкопав их огородными вилами и аккуратно разделив на части.

Возможно и размножение семенами, но они развиваются весьма медленно 3—4 года.

Л. КИСЕЛЕВА.
садовод-любитель,
г. Ярославль.

ГИАЦИНТЫ по-новому

Палисадник

ЦВЕТУЩИЕ ОДНОЛЕТНИКИ

Еще в древности люди поклонялись цветам, воспевая их в легендах и мифах.

У цветоводства нашей страны относительно небогатая история. Однако сейчас все больше и больше людей увлекаются разведением цветов.

При умелом подборе можно иметь около дома цветущие оазисы с ранней весны до поздней осени.

Но вырастить цветы не так просто. Многие любители — цветоводы еще недостаточно владеют агротехникой их возделывания.

С этой целью наша газета открывает новый раздел — ШКОЛА ЦВЕТОВОДА. Задача ее состоит в том, чтобы дать основы цветоводства многочисленным любителям цветов, привить им более полные познания и навыки в этой области.

Читатель познакомится с многообразием цветочных культур, овладеет различными способами возделывания, возможностями защиты растений от вредителей и болезней, методами и техникой получения семян, основами планировки, подготовки участков, созданием различных композиций и еще многому.

Палитра цветочно-декоративных растений, выращиваемых в открытом грунте, очень широка. По продолжительности цветения, яркости окрасок однолетние цветочные растения (летники) являются наиболее богатой и разнообразной группой, заканчивающей свой цикл развития (от посева семян до цветения и плодоношения) в течение одного года. Благодаря неприхотливости, легкости культивирования они преобладают в цветочном мире.

Преимущество летников в том, что большинство из них можно выращивать посевом непосредственно в открытый грунт, кстати, благодаря чему они приобретают большую устойчивость к неблагоприятным погодным колебаниям; легче переносят недостаток влаги и понижение температур до минус 3—4°С.

Для ряда летников безрассадный способ является основным, так как их корневая система плохо восстанавливается при пересадке (например, у резеды, мака, люпина, левкоя, настурции, эшшольции). Так же целесообразно выращивать безрассадным способом ноготки, бархатцы, акроклиниум, декоративную соль.

По срокам цветения, считая с момента прорастания семян, летники можно условно разбить на три группы:

— зацветающие через 8—9 недель после посева. Это позволяет выращивать их непосредственно, высевая семена в открытый грунт (алиссум, кларкия, календула, космия);

— зацветающие через 10—12 недель. Они достигают декоративной ценности, но семена их вызревают не полностью (вербена, годеция, резеда, львиный зев, петуния, ранние сорта астры и бархатцев);

— зацветающие через 13—14 недель, выращиваются в большинстве случаев рассадой и вызревших семян не дают (целозия, сальвия, лобелия, нимезия, гвоздика Шабо, кохия).

По использованию летники подразделяются на: КРАСИВО-ЦВЕТУЩИЕ

АСТРА

Достоинство этого летника — легкопереносимая ими пересадка в стадии цветения.

По форме соцветия астры подразделяются на группы: розовидные, хризантемовидные, пиоковидные. По строению и форме лепестков различают: шарообразные, черепитчатые, игольчатые и лучистые.

Наиболее ценятся махровые формы. Но при неблагоприятных условиях (засуха, недостаток питания, тепла) они вырождаются.

Выращивают астру рассадным и безрассадным способом в закрытом и открытом грунте.

Семена созревают через 35—40 дней после начала цветения.

ВЕРБЕНА

Вербена имеет большой спектр окрасок: белая, желтая, розовая, ярко- и темно-красная, лососевая, голубая и темно-синяя. Цветки могут быть одноцветные, а также с белым или кремовым глазком. Высота растений, в зависимости от сорта, от 15 до 45 см. Цветки некрупные 1,5—2,5 см в диаметре, собраны в зонтиковидное соцветие по 3—60 шт., с приятным ароматом. Цветет вербена с июня до морозов.

Семена прорастают в течение 20—30 дней. Обильно цветущие растения в средней полосе можно получить только при выращивании рассады.

ЛЕВКОЙ

Красота и пышность цветения

нии 10 см друг от друга, выкопав их огородными вилами и аккуратно разделив на части.

Возможно и размножение семенами, но они развиваются весьма медленно 3—4 года.

Л. КИСЕЛЕВА,
садовод-любитель,
г. Ярославль.

ГИАЦИНТЫ
ПО-НОВОМУ

Эта технология отличается тем, что дает возможность увеличить выход полноценного посадочного материала. Обычно гиацинт дает одну-две детки. Я получаю намного больше. Делаю это так: острым ножом делаю на донце крестообразный надрез. Чтобы не занести инфекцию луковице, нож после каждого надреза помещаю в раствор марганцовки (0,5%-ный) для дезинфекции. В местах пореза донца образуется много деток. Их выламываю и высаживаю на доращивание. Места отделения деток увлажняю раствором марганцовки, просушиваю, припудриваю измельченным древесным углем или древесной золой. Для размножения использую также чешуйки гиацинтов. После выкапывания маточной луковицы промываю в мягкой воде, дезинфицирую, затем помещаю в раствор стимулятора роста—гумат серого цвета. Чешуйку отделяю так, чтобы у каждой была часть донца. Высаживаю в хорошо удобренную почву со значительным содержанием листового перегноя, оберегая посадочный материал от высыхания, рядом устраиваю полосу мха шириной 10 см. На чешуйках появляются детки. Эта технология позволяет быстро получить материал для дальнейшего размножения, создавать цветовые композиции. Гиацинты цветут рано в конце апреля, начале мая. Луковицы высаживаю строго по норме 15 см одна от другой. Загущение приводит к тому, что цветы мельчают. На одном месте держу гиацинты четыре года. Красота и интенсивность цветения снижается. Значит пора пересаживать изящные цветы на новое место.

В. ДУХНЕВИЧ,
садовод

г. Москва.

посева. Это позволяет выращивать их непосредственно, высевая семена в открытый грунт (алиссум, кларкия, календула, космия);

— зацветающие через 10—12 недель. Они достигают декоративной ценности, но семена их вызревают не полностью (вербена, годеция, резеда, львиный зев, петуния, ранние сорта астры и бархатцев);

— зацветающие через 13—14 недель, выращиваются в большинстве случаев рассадой и вызревших семян не дают (цилозия, сальвия, лобелия, нимезия, гвоздика Шабо, кохия).

По использованию летники подразделяются на:

КРАСИВО-ЦВЕТУЩИЕ, большая часть которых цветет в течение длительного времени (агератум, астра, бархатцы, вербена, годеция, горошек душистый, кларкия, левкой, львиный зев, настурция, петуния, сальвия, резеда, эшшольция и др.). Их широко используют во всех видах цветочного оформления (в т. ч. для украшения балконов).

ДЕКОРАТИВНО-ЛИСТВЕННЫЕ ценятся за красивую и выразительную листву, колер которой колеблется от темно-зеленого до почти белого (цинерария, клещевина, кохия и др.).

КОВРОВЫЕ низкорослые растения с красиво-окрашенной листвой, хорошо поддающиеся стрижке. Их используют для устройства узорчатых цветников (альтернантера, ирезине, колеус, эхеверия).

ВЬЮЩИЕСЯ И АМПЕЛЬНЫЕ (ипомея, настурция, петуния, душистый горошек) применяют для оформления балконов.

ГОРШЕЧНЫЕ. В последнее время однолетники все шире используются для выгонки в горшечной культуре (бархатцы, календула, бегония, петуния).

горизонтиковидное соцветие по 3—60 шт., с приятным ароматом. Цветет вербена с июня до морозов.

Семена прорастают в течение 20—30 дней.

Обильно цветущие растения в средней полосе можно получить только при выращивании рассады.

ЛЕВКОЙ

Красота и пышность цветения, эффективность и гармоничность окрасок, тонкий и приятный аромат ставит левкой в один ряд с лучшими цветочными растениями.

Наибольшее значение в цветоводстве открытого грунта имеют летние формы, которые зацветают через 50—70 дней после посева. Уже в июне можно иметь цветущие левкои, а регулируя сроки посева, их можно иметь все лето. Цветки правильные, крупные, простые и махровые, с сильным ароматом, собраны в рыхлые или густые, плотные, кистевидные соцветия. Окраска чисто-белая, нежно-розовая с различными оттенками, красная, сиреневая, темно-фиолетовая и реже желтая. Наибольшую ценность имеют махровые формы, которые не дают семян.

САЛЬВИЯ

Распространены сорта сальвии с ярко-красным венчиком. На балконах она особенно хороша в сочетании с белоцветковыми культурами.

Куст растения шаровидный, компактный или раскидистый, высотой 20—60 см. Соцветие — кисть.

Расцветет сирень...

Чье сердце не радует цветущая в палисаднике сирень. Она и украшает его, и защищает от пыли, вредных выбросов с дорог. Наши неизбалованные красотами и поотвыкшие за зиму от ярких красок глаза просто не могут оторваться от этого лилового благоухающего чуда, от этих милых крестиков-цветочков, напоминающих бабушкины вышивки.

Если весной, проезжая мимо сирени с тележкой органики, вы не пожалеете для нее ведра перегноя или польете ее в засушливый период, то уж за сиренью де-то не станет. [illegible] дарит вас за долгожданную заботу [illegible] молодой [illegible] гроздьями [illegible].

По совершенно ошеломляющее впечатление [illegible] дит на новичка сортовая сирень. Обилием красок и оттенков, пышностью соцветий. Махровые цветки — это розочки и звезды в миниатюре, а цветки бывают такие крупные (по 2 см), что не оставляют просветов, придавая соцветию необычайную пышность и стройность.

Прививать можно по два, три сорта на один куст в течение всей весны. Предварительно его прореживают, оставляя для прививки 2—3-летних побега. Выберете крупный куст, и вырезав конкурирующие и затеняющие [illegible] вокруг с солнечной стороны сделайте прививку лучше на высоте 20—30 см. от почвы, к середине куста повыше, а к периферии пониже.

Виды прививки: за кору, седлом, боковая за кору.

Срок прививки — от набухания почек до цветения. Перед прививкой следует проверить отделяется ли кора у подвоя, (дичка) она должна отделяться гладко, без задиров. Необходимо потренироваться — делать гладкие, косые срезы на ненужных черенках сирени.

Сирень в отличие от многих других культур очень хорошо приживается, и результаты довольно успешны. Прививки зацветают обычно на 3—4-й год. Если они сделаны на высоте 1 м, то зацветут раньше. Но необходимо следить за тем, чтобы дикая поросль не заглушила прививки. Ее нужно периодически вырезать или подрезать, сдерживая ее рост и развитие. Вообще, выбирая куст для перепрививки, отдавайте предпочтение незагущенному кусту, который дает мало молодой поросли, но при этом, чтобы он был не слишком старый (до 10 лет).

В нашей коллекции имеются сорта белого, голубого, розового, бордового, лилового тонов. Среди них как простые крупноцветковые так и махровые формы. Производим укорененные черенки сирени (сорта Бюффон, Жанна д'Арк, Шарль Жюли, Людвиг Шпет, Капитан Бальте) и других декоративных кустарников.

Наш адрес: Проезд с Павелецкого вокзала до станции Бирюлево Пассажирская, далее авт. 297 ост. Измайлово, участок декоративных культур.

Урожайность вашего сада — в нашем посадочном материале

Вас ждут в совхозе им. Ленина

СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩЕМСЯ НА ВЫРАЩИВАНИИ

посадочного материала древесных и ягодных культур

ПОСПЕШИТЕ, ПОКА ЕЩЕ ЕСТЬ ВЫБОР

из ассортимента лучших сортов яблонь, красной и черной смородины, облепихи, вишни, жимолости, земляники (в начале мая). Все вышеуказанные саженцы — однолетки.

Весь посадочный материал взят из оздоровленных маточников, апробированных Всероссийским селекционно-технологическим институтом садоводства и питомниководства (бывший НИЗИ садоводства Нечерноземной полосы), учеными АН России, Главного ботанического сада. К реализации в 1993 году весной и летом подготовлен посадочный материал плодовых и ягодных культур 16 наименований.

ЯБЛОНЯ:

Летние сорта: Мантет — зимостойкий полукарлик с яркими плодами десертного вкуса с приятным ароматом; **Оттава-341** — раннеспелый сорт с крупными плодами отличного вкуса. Дерево среднерослое; **Мелба** — позднелетний сорт с нежными сочными плодами, раннего вступления в плодоношение; **Папировка** — сорт раннего срока созревания, мякоть белая, сочная, мелкозернистая, приятного винно-кислого вкуса.

Осенние сорта: Штрейфлинг — сорт с крупными ярко окрашенными десертного вкуса плодами; **SR-05223** — скороплодный, высокоурожайный и устойчивый к парше, с нарядными, хорошего вкуса плодами; **Шафранное** — урожайное, с крупными, вкусными плодами; **Жигулевское** — крупноплодное, плоды конфетного вкуса, ярко окрашенные.

Зимние сорта: Антоновка — выдающийся старинный высокозимостойкий русский сорт; **Лобо** — скороплодный, высокоурожайный зимний сорт с ежегодным плодоношением и осадистой кроной естественного полукарлика. Плоды крупные, ароматные, десертного вкуса; **Спартан** — позднезимний, устойчивый к парше сорт с плодами хорошего вкуса, хранящимися до мая месяца; **Фантазия** — скороплодный и высокоурожайный сорт с плодами высоких десертных качеств; **Уэлси** — естественный, скороплодный полукарлик с обильным ежегодным плодоношением, десертными качествами плодов, один из лучших зимних сортов, не поражающийся паршой; **Коричное новое** — зимостойкое, с нежными, вкусными плодами; **Шафран Саратовский** — ярко красное с нежными плодами; **Витязь** — плоды нежные, зеленые, похожи на Симиренко.

Красная смородина: Ранняя сладкая, Голландская красная;
Смородина черная: Перун, Диковинка, Загадка, Наследница;
Крыжовник: (реализация в мае — июне) — Русский, Сливовый;
Облепиха: Чуйская, Витаминная, Ботаническая, Воробьевская; Трофимовская;
Вишня: Молодежная, Владимирская, Любская;
Жасмин махровый (реализация в июне);
Рябина черноплодная;
Землянина (реализация конец апреля — май): Талка, Найдена, Надежда, Юния смайде, Зенга Зенгана;
Спирея.

Продажа саженцев частным лицам и организациям производится с 9 до 16 часов, в субботу до 14 часов** (выходной день воскресенье) в теплице совхоза им. Ленина, расположенном на 23 км Каширского шоссе, **проезд** ст. метро «Домодедовская» **далее авт. 355, 356, 364, 367 (третья остановка «с-з Ленина») тел. 548-64-53.

Оптовая торговля (не менее 5 тысяч саженцев своим транспортом) садоводческим товариществам производится вне очереди со скидкой.

Цены договорные, ниже рыночных.

Уважаемые подписчики!

Майский и июньский номера газеты «Дачники» будут выпущены на 16 полосах тематическими спецвыпусками и поступят **только в розницу** 29 апреля и 27 мая с. г.

Кроме необходимых садоводам и огородникам сведений на май и июнь, в этих номерах они найдут первые две книжечки (на 48 страничках каждая форматом четверть нашей полосы) из 12-ти тематических книжек «Карманной библиотечки садовода и огородника», намеченных редакцией к выпуску в течение следующего полугодия как «Антология газеты **«ДАЧНИКИ:** ваш дом, сад и огород» 1991—1992 гг.» в трех сериях: **«ДОМ»**, **«САД»** и **«ОГОРОД»**.

Первые две складные книжечки посвящены нашими авторами теме из серии **«ОГОРОД»** (кн. 4).

«АРИФМЕТИКА ПЛОДОРОДИЯ И АЛГЕБРА ЗАЩИТЫ РАСТЕНИЙ» (о почвах, «суп» для грядки, червь-работник, «компоты» для растений, простейшие средства защиты, испытано наукой — надежно)

и теме из серии **«САД»** (кн. 2).

«ЗАГАДКИ АРОМАТНОЙ ГРЯДКИ» (все о землянике).

Эти и другие тематические номера спецвыпусков газеты «Дачники» Вы сможете приобрести в киосках «Роспечати», если отправите в **МЕСТНОЕ** отделение этого агентства (копию — в редакцию) письменную просьбу сделать заказ в ЦРПА «Роспечать» на май, июнь и второе полугодие хотя бы на Ваши экземпляры комплекта из 12-ти выпусков с гарантией их выкупа по розничной цене.

АСТРОЛОГИЯ, ЭКСТРАСЕНСОРИКА: обучение вечером, заочно. Консультации. 117311, Москва, а/я 100, Эда; т. 290-54-46.

ГАЗОВЫЕ ПЛИТЫ (2- и 4-комфорочные) в хорошем состоянии, с гарантией. Дешево. Заказы по тел.: (095) 124-97-49.

(третьих остановка «с-з Ленина») тел. 543-64-53. Каширского шоссе, проезд ст. метро «Домодедовская» далее авт. скидкой.

Оптовая торговля (не менее 5 тысяч саженцев своим транспортом) садоводческим товариществам производится вне очереди со

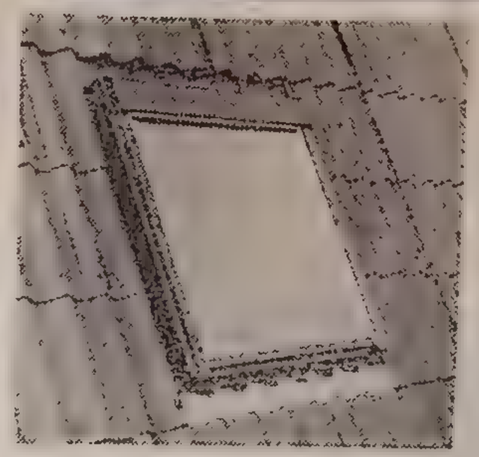
Цены договорные, ниже рыночных.

4-комфорочные) в хорошем состоянии, с гарантией. Дешево. Заказы по тел.: (095) 124-87-43.

Мансардные окна VELUX

– легко устанавливаются в Вашу крышу

Сегодня поставляются со склада в Москве!



Мансардные окна VELUX широко известны во многих странах. Они дают возможность использовать чердачное пространство для проживания. Это более дешевый способ получить больше полезной площади в том же здании.

Окна производятся в Дании. Они успешно применяются по всему миру! Окна поставляются как завершенный продукт с прозрачным двойным остеклением и надежно упакованы для транспортировки. Установить окно в крышу очень легко. Вам надо только следовать подробной инструкции по монтажу, которая прилагается к каждому окну.

Мансардные окна наполняют чердачное пространство прекрасным светом, а Вам остается только решить, как использовать это пространство.

Мансардные окна VELUX изготавливаются из первоклассной обработанной древесины. Снаружи они покрыты защитными металлическими накладками.

Мы с удовольствием вышлем Вам нашу цветную брошюру и цены.

VELUX ROSSIA AO
103062 Москва
Ул. Чаплыгина, 3, кв. 513–514
Тел. 924 42 91
Факс 924 42 91

Самые популярные в мире за последние 50 лет...

Дилеры:

- "AMIGO", Москва, Ленинский пр.-т, д. 73 8, Тел. 310 60 45.
- "ВАШ ДОМ", 143070 Кубинка -1, Одинцовский р-н, ул. Колхозная, Тел. 593 29 75.
- "GALERIE", 129085 Москва, Проспект Мира 91/1, Тел: 287 13 61.
- "КОРОБЕЙНИК", г. Одинцово, Привокзальная Площадь, Тел: 593 05 92.
- "ЛЕСПЛАСТИК", 236201 Хотьково, ул. Большая 2, Тел: 584 55 37.
- "НОРТ", 117261 Москва, ул. Панферова 12–2, Тел. 134 50 98.
- "РЕСТРОМ", 123423 Москва, Проспект Маршала Жукова 41, Тел: 192 50 37.
- "М-Н №1 СТРОИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ", 107076 Москва, Колодезный переулок 3, Тел: 269 49 77.
- "ЕВРО-НОРТ", 117261 Москва, ул. Панферова 14а, Тел: 132 75 18.
- "СТРОЙМАТЕРИАЛЫ", 143970 Салтыковка, ул. Аптекарская, Тел: 529 93 43.
- "РОССМЕБЕЛЬ", 143500 Моск. Обл., Москва Истра–2, РКК Истринская, Тел: 560 37 66.
- "MINEY-MOSKOW", Москва, Сущевский Вал 64, Тел: 281 56 83.

Пожалуйста, вышлите мне бесплатную брошюру, информацию и цены на мансардные окна VELUX

Имя: _____

Адрес: _____

_____

Пошлите этот купон по адресу:
VELUX ROSSIA AO, 103062 Москва, ул. Чаплыгина, 3, кв. 513–514

Садовая ПОЛИКЛИНИКА

В районах Московской области наиболее опасными вредителями являются:

Для яблони и груши — яблонная медяница, цветоед плодожорка, яблонный пилильщик В молодых садах может сильно вредить зеленая яблонная тля, красный плодовый клещ, различные грибные болезни коры и древесины, парша, плодовая гниль

Для вишни и сливы — вишневая тля, сливовая опыленная тля, вишневый слизистый пилильщик, вишневая побеговая моль, монилиоз или серая гниль, клястерспориоз или дырчатая пятнистость, коккомикоз вишни.

Для смородины и крыжовника — листовая галловая тля, крыжовниковая побеговая тля, смородинный почковый клещ, паутинный клещ, листовая и побеговая галлицы, смородинная стеклянница, мучнистая роса черной смородины и крыжовника

Как узнать, существует ли угроза повреждений сада в весенне-летний период Для оценки фитосанитарного состояния плодово-ягодных культур при Всероссийском селекционно-технологическом институте садоводства и питомниководства организована специальная хозрасчетная лаборатория отдела защиты растений. Сотрудники лаборатории держат ситуацию под своим контролем в товарных насаждениях, сюда же, заботясь о защите своего сада, могут обратиться по вопросу выявления вредителей и болезней, получить советы, как предотвратить существующую угрозу, любой садовод, фермеры, владельцы крестьянских хозяйств и т д

При обрезке или же специально для анализа необходимо срезать 4—5 веток длиной 20—30 см в различных по высоте местах кроны с четырех ее сторон, взять образцы пораженной коры, со штамбов и в основании скелетных ветвей

Разные разности

Намотай на «ус»

...Облепиха, естественные заросли которой составляют в стране около 13 тыс. га,— редкая ягодная культура, накапливающая в плодах жирное масло. Наиболее богаты жирами катунские сорта (от 24,48 до 25,06% масла на абсолютно сухую массу), в плодах мякоти дунайской популяции содержание масла колеблется от 18,4 до 30,1%. Зато дунайские образцы содержат в 4—5 раз больше олеиновой кислоты. Эти данные свидетельствуют о высокой ценности отобранных форм дунайской популяции...

«Облепиха на Украине».— Киев: Наукова Думка, 1990 г.

◇

...Сорта груши Память Яковлеву и Кармен по комплексу своих признаков не имеют аналогов в мировой практике в идентичных по климатическим условиям районах выращивания.

В настоящее время в регионах сильного распространения болезней, в том числе парши, рекомендуется выращивать сорта груш Память Яковлеву, Светлянка, Нежность и Кармен...

Садовод и виноград, № 3, 4, 1992 г.

◇

...Наибольшей питательной ценностью, обусловленной наличием незаменимых аминокислот и более высоким общим содержанием белковых веществ, отличаются новые сорта ореха грецкого селекции Никитского ботанического сада — Аркад и Белканак...

Бюл. Гос. Никит. бот. сада, № 68, 1989 г.

◇

...Установлено, что наибольшее повышение ранней урожайности картофеля достигается использованием пленочных перфорированных укрытий, а также при посадке клубней в гребни и по ровной поверхности.

Известия Тимирязевской с.-х. академии, № 2, 1992 г.

...Топинсолнечник — межвидовой гибрид топинамбура с подсолнечником и имеет пока в основном кормовое значение Топинамбур характеризуется неограниченными возможностями в пищевых и лечебных целях. В кормопроизводстве использование топинамбура и топинсолнечника очень перспективно. Зеленую массу этих растений следует отнести к углеводистым кормам с широким сахаропротеиновым отношением, значительно превышающим установленные нормы и использовать в сочетании с бобовыми травами, высокопротеиновым комбикормом, зерном бобовых культур, шротом и жмыхом.

Комбикормовая промышленность № 2, 1992 г.

◇

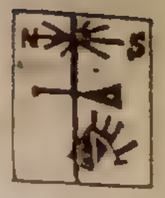
...Результаты изучения семепродуктивности и качества семян томата из плодов различной степени зрелости показали, что эти показатели в сильной степени зависят от сорта и условий погоды в период опыления — жают процент выхода семян, их массу и качество Вполне возможно семеноводство томата из плодов зеленой и бурой спелости, при условии их дозаривания.

◆

...К перспективным сортам кабачков-цуккини следует отнести высокоурожайные сорта Зебра и Цукеша, скороспелый гибрид Сувенир и для выращивания биологически чистой продукции сорт Аэронавт, который накапливает минимальное количество нитратов, что позволяет рекомендовать данные сорта в производство.

Биология и агрохимия плодовых, ягодных и овощных культур в Западной Сибири». Сб. Науч. тр. Омск, № 1, 1991 г.

ГИДРОМЕТЦЕНТР СООБЩАЕТ



ИДУТ ХОЛОДА

По развитию атмосферных процессов, а следовательно и по погоде, апрель нынешнего года напоминает прошлогодний. Подарив жителям Европейской России много теплых дней он преподнес сюрприз — волна холодного воздуха арктических широт докатилась до предгорий Кавказа. Следующая волна холода по прогнозам Гидрометцентра России ожидается в пятой пятидневке апреля. Очередное похолодание также может сопровождаться небольшим мокрым снегом и в северной части Европейской России может привести к возникновению временного снежного покрова.

Понижение температуры примерно 23—25 апреля захватит Северный, Северо-Западный, Центральный, Волго-Вятский, Центрально-Черноземный, Поволжский районы и достигнет Северного Кавказа, при этом средняя суточная температура станет на несколько градусов ниже нормы для этих дней апреля. К концу месяца 28—30 апреля перестройка атмосферных процессов создаст условия для солнечного прогрева днем, и последние дни апреля на территории Европейской России ожидаются теплыми.

КОНКУРСЫ... ПРОДОЛЖАЮТСЯ

Наши конкурсы «Мой уголок земли» и Книга рекордов **«ДАЧНИКИ»** (условия читайте в номере № 1 за 1993 г.), а также конкурс **«НА ПОДПИСКУ»**, благодаря которому Вы можете оправдать всю или часть своей подписки, получив из редакции гонорар за опубликованную на конкурсной основе заметку о садово-огородном опыте (своем или своего соседа).

Вниманию читателей!

В связи с неоднократным резким повышением после завершения прошлогодней подписной кампании Центральной

выявления вредителей и болезней, получить советы, как предотвратить существующую угрозу, любой садовод, фермеры, владельцы крестьянских хозяйств и т. д.

При обрезке или же специально для анализа необходимо срезать 4—5 веток длиной 20—30 см в различных по высоте местах кроны с четырех ее сторон, взять образцы пораженной коры, со штамбов и в основании скелетных ветвей счистить отмершую кору. Под корой могут быть гусеницы плодожорки в плотных паутинных коконах. Отобранные ветки и кору поместить отдельно в целлофановый мешочек, снабдить образцы этикеткой с указанием сорта, возраста и места произрастания.

Аналогичным образом поступают с кустарниками. Образцы доставить в лабораторию, где они берутся на учет и тщательно обследуются. На основании результатов обследования делается заключение о наличии вредителей и болезней и даются рекомендации по борьбе с ними.

Указанные виды анализов проводятся только до распускания почек, т. е. в безлистный период. Однако необходимо иметь в виду, что на основании анализа ветвей и коры не всегда удается оценить численность вредных организмов. Поэтому совершенно необходимо проводить наблюдения и учеты во время вегетации растений. Адрес института: 115598, Москва, Загорье, Институт садоводства. Проезд: метро «Царицыно», авт. 203, 701, станция Бирюлево — Пассажирская авт. 289, 690.

А. РУНЬКОВСКИЙ,
научный сотрудник

Москва.

часть своей подписки, получив из редакции гонорар за опубликованную на конкурсной основе заметку о садово-огородном опыте (своем или своего соседа).

Вниманию читателей!

В связи с неоднократным резким повышением после завершения прошлогодней подписной кампании Центральным Агентством «Роспечать» тарифов на экспедирование и пересылку, а также многократным удорожанием других услуг по выпуску газет, как мы и объявили (читайте № Я—9 нашей газеты от 2 марта 1993 г.), этот номер газеты «Дачники» и ее приложения «Дачный Калейдоскоп» в нынешнем полугодии ПО ПОДПИСКЕ — последний.

На просьбу издателей о сохранении тарифов хотя бы на уровне февраля 1993 года Правительство Российской Федерации и Агентство «Роспечать» ответили приведенным распоряжением.

«...постановлением Правительства Российской Федерации от 01.03.93 г. № 182 повышены тарифы на перевозку багажа и грузобагажа в среднем в 1,8 раза...

По указанным причинам с 1.04.93 г. (снова задним числом — ред.) ГЦ МПП вводит новые тарифы на пересылку печати...

Настоящие тарифы являются неотъемлемой частью Договора.

Зам. начальника агентства
В. И. КОКОРЕВ».

Это распоряжение в совокупности с тем, что поступившие в ЦРПА от подписавшихся на наши газеты с февраля 1993 года деньги Агентство удержало полностью как аванс за экспедирование и пересылку, делает дальнейший выпуск газеты по подписке невозможным, так как редакция не пользуется бюджетными средствами и ниоткуда не получает дотаций.

Следующий специальный выпуск газеты «Дачники» на 16 полосах выйдет 27 апреля и поступит только в розницу. О содержании номера читайте на рекламной полосе этого номера.

ДАЧНИКИ

ВАШ ДОМ, САД И ОГОРОД

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК издается с участием Центра научно производственного содействия мини-земледелию при коллективном плодопитомнике им. Ленина.

Тираж 253200 экз. Подписано к печати 13.04.93 г. тип. № 11208.

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:
О. Н. АФАНАСЬЕВ — президент МА «Садовод и закон»; В. Ф. БАШМАЧНИКОВ — президент АККОРа; В. С. ЗАКОТИН — к. с.-х. наук; С. А. КРУГЛОВ — председатель совета Московского союза садоводов; А. М. УЛЬЯНСВ — директор издательства «Колос»; А. М. МЕДВЕДЕВ — д. с.-х. наук; В. Д. МУХИН — д. с.-х. наук, профессор; П. З. РЯБЦЕВ — директор коллективного плодопитомника им. Ленина Московской области; В. В. СТОЛЯРОВ — первый зам. председателя совета Московского союза садоводов; В. Н. ХОХЛОВ — начальник специализированного управления развития коллективного садоводства департамента развития Московского региона; В. Г. ШАЙКИН — к. с.-х. наук; Е. И. ЯРОСЛАВЦЕВ — главный научный редактор, к. с.-х. наук, зам. директор ВСТИСП.

АДРЕС РЕДАКЦИИ: 142715, Московская обл. Ленинский р-н совхоз Ленина, редакция газеты «ДАЧНИКИ». Тел. 548 66 51
РУКОПИСИ НЕ РЕЦЕНЗИРУЮТСЯ И НЕ ВОЗВРАЩАЮТСЯ.

Учредитель — главный редактор С. А. ЧУДАКОВ.

Газета зарегистрирована в Госкомпечати СССР 5.12.90 г. Рег. № 1062.

Типография издательства «Пресса». 125865 ГСП, А 137, ул. «Правды», 24.

замочила их в том же растворе, уложила в ящики и засыпала опилками. Время от времени опилки поливала, чтобы они были влажными.

У клубней, кроме ростков, образовалась мощная корневая система, которая легко отделяется от клубней. Когда рассада поднялась на 7—10 см, высадила ее в почву, оставляя на свету по 1—2 почки. Рассаду поливала по 1 л воды на куст. Она быстро набрала силу и кусты картофеля сформировались раньше обычного

Кстати, где рассада погибла, посадила клубни. Когда осенью стала копать огород, выяснилось, что самый крупный картофель был там, где сажала ростками (2—3 картофелины, но по 300—500 г каждая).

Клубни лежали в борозде сплошной лентой и совсем не было мелкой картошки. Плохая была только там, где мы подсаживали клубни. В этом году будем сажать картофель только ростками.

Е. МАЛКИНА.

г. Уральск.

ВЕДРО КАРТОФЕЛЯ С КУСТА

Хотите собрать ведро картофеля с одного куста? Делюсь опытом. Размер участка под один куст 1×1 м. Три раза за лето в обычные сроки надо окучивать или присыпать землей в смеси с компостом куст по предложенной схеме.

Обязательным условием является полив. При сухом лете — 1 раз в 3 дня, после чего надо рыхлить землю.

Сроки посадки и сбора — обычные.

БИБЛИОТЕКА НАЧИНАЮЩЕГО САДОВОДА И ОГОРОДНИКА

ДАЧНИК

ВАШ ДОМ, САД И ОГОРОД

КАРТОШКА — ХЛЕБУ ПРИСОШКА

ки выходит на поверхность и начинают довольно быстро развиваться, смыкая ботву в рядках где то на 20—25 день после посадки. Обращает на себя внимание такой факт при выращивании картофеля рассадным способом количество стеблей довольно резко увеличивается и составляет в среднем около 6—8 штук на куст. Нередко это число доходит до 11—13 штук на куст.

При выращивании картофеля рассадным способом следует использовать ранние, среднеранние или среднеспелые сорта, районированные в конкретной зоне.

Использование рассадного способа выращивания картофеля по сравнению с общепринятым предполагает следующие преимущества:

На 30—40 дней достигается ускорение в сроках получения товарных клубней раннего картофеля.

Выращивание сверхраннего картофеля позволяет практически полностью избежать поражения его посадок фитофторой и колорадским жуком, поскольку в период мая—июня (для районов Центральной зоны) растения не подвергаются каким-либо значительно воздействию этих двух важнейших и доминирующих по вредоносности факторов, наносящих коллосальный ущерб картофелеводству.

В. МУХИН,
старший научный сотрудник,
кандидат биологических наук.

ПОСАДКА КАРТОФЕЛЯ

Сроки посадки. Непременные условия интенсивного прорастания клубней и получения полноценных всходов — тепло, влага и рыхлое состояние почвы. Картофель высаживают, как только почва станет спелой (хорошо крошится) и на глубине 10—12 см прогреется до 6—8°С. Это обычно бывает, когда установится среднесуточная температура воздуха выше 8°С, что совпадает с образованием небольших листочков на березе. По времени в условиях Подмосковья это приходится на первую декаду мая. При более низкой температуре появление всходов задерживается, усиливается заболевание растений различными болезнями (физоктония, черная ножка), что приводит к изреживанию всходов, связанной с гибелью ростков, а в ряде случаев и с загниванием клубней.

Многолетние наблюдения за погодой показывают, что вероятность сильного повреждения всходов картофеля заморозками при посадке его в оптимально ранние сроки незначительна.

Формирование поверхности участка. При посадке картофеля необходимо очень хорошо представлять себе почвенно-климатические условия местности, на которой расположен участок. Нередко картофелеводы имеют дело с низкими участками, близким стоянием грунтовых вод. На таких участках лучше всего сажать картофель на гребнях или грядках, формируя их за 3—5 дней до посадки, перемещая почву из центра междурядий (шириной 60—70 см) в рядок и посыпая ее высотой 22—25 см. В случае сильного переувлажнения почвы насыпают более высокие гребни и увеличивают ширину междурядий. Например, при ширине междурядий 80 см можно образовывать гребни высотой 25—30 см, а при ширине 90 см — 35—40 см.

Однако необходимо иметь в виду, что при увеличении ширины междурядий по сравнению с обычными междурядьями (60 и

70 см) густота посадки клубней будет уменьшаться. Поэтому, чтобы не снизить урожай картофеля, лучше сажать его в гребень на расстояние до 15—20 см между клубнями.

Другой формой поверхности на переувлажненном участке могут быть грядки. Их формируют за 5—7 дней до посадки и шириной 110—120 см с тем расчетом, чтобы на одной гряде размещать два рядка. Между грядами устанавливают расстояния 40—50 см.

Глубина посадки. Для лучшего прогревания и прорастания клубни картофеля при ровной поверхности участка высаживают мелко на глубину 3—4 см. При посадке в гребни рекомендуется следующая глубина: на легких супесчаных почвах 8—10 см, на пойменных землях и торфяниках 6—8 см, и на суглинистых почвах 5—6, считая расстояние от верхней части клубня до поверхности клубня.

Густота посадки. Общее требование, которое необходимо учитывать при определении густоты посадки состоит в том, чтобы к началу цветения растений, то есть к моменту окончательного формирования ассимиляционного аппарата, вся поверхность почвы была закрыта листьями. Только в этом случае солнечная энергия будет использована наиболее полно и будут созданы предпосылки для получения наивысшего урожая. На засоренных участках та

КАРТОФЕЛЬ В ГОРШОЧКАХ

В настоящее время российской и мировой практике, насколько известно, рассадный способ выращивания картофеля не применяется.

Сущность предлагаемого способа заключается в том, что клубни картофеля высаживаются в определенного объема емкости, которыми могут служить горшочки из прессованной торфо-целлюлозы и гибкого полиэтилена, широко применяемые для выращивания рассады разных культур.

В качестве среды для заполнения емкостей под рассаду может использоваться чистый торф, обычный тепличный грунт, просто почва легкого механического состава или смешанная с песком в соотношении 1 : 1, если для заполнения будут использованы тяжелосуглинистые почвы. В среду для выращивания растений перед заполнением ею емкостей можно внести элементы минерального питания, а для снижения кислотности, если в этом есть необходимость, известь или доломит в соответствующих количествах.

Основу грунта составляет торфо-земляная смесь, приготовленная из 30—40% торфа переходного типа (объемный вес 0,2 г/см³), около 30% полевой дерново-подзолистой почвы (объемный вес 1,1 г/см³) и 20—30% навоза.

Для выращивания рассады могут быть использованы клубни массой от 50 до 80 г, то есть используемые в качестве семенного материала в обычной практике. В принципе можно взять и более мелкую фракцию от 30 до 40 г, но это надо проверить в конкретных зональных условиях. При посадке клубней в емкости они могут быть помещены на заранее насыпанный до 1/3 или 1/2 по высоте грунт или же помещены просто на дно емкости и присыпаны сверху на 6—8 см. тепличным грунтом, торфом или почвой.

В нормальном физиологическом состоянии рассада картофеля без полива способна находиться 10—20 дней и даже более. Сроки высадки рассады в поле следует рассчитывать по конкретным климатическим условиям зоны таким образом, чтобы к моменту ее размещения в открытый грунт растения имели высоту 20—35 см, а число листьев от 8 до 13 штук. Срок достижения растениями таких фаз развития можно регулировать тремя основными факторами: яровизацией посадочных клубней, температурой помещения, в котором выращивается рассада, и влажностью грунта. Передерживать растения в состоянии рассады дольше фазы 13 листьев, когда они имеют высоту в среднем где-то около 30—35 см, не следует, поскольку к этому времени возможности их нормального непрерывного естественного развития в емкостях с объемом 500—600 см³ практически исчерпываются.

До высадки в открытый грунт рассада картофеля будет нахо-

Окончание. Начало в номере 109—110.

2 недели окучиваем еще раз. Перед цветением или во время него еще хорошо бы полить картошку.

В конце июня мы уже лакомимся молодой картошкой, а к осени наши траншейки доверху наполнены крупными здоровыми клубнями.

Семья ЛЯХОВЫХ.

г.С.-Петербург.

ТОЛЬКО РОСТКАМИ

В марте семенные клубни промыла в растворе удобрений и ядохимикатов (марганцовки — 1 г, мочевины — 40 г, суперфосфата — 40 г, медного купороса — 5 г, борной кислоты — 2 г на 10 л воды) и положила их проращивать на свету. В апреле на 1 час

кие посадки являются также надежным средством борьбы с сорной растительностью.

Более густую посадку применяют, когда хотят получить от крупноклубневых сортов достаточно равномерный материал средней крупности. При больших площадях питания такие сорта нередко склонны давать значительное число дуплистых клубней. Крахмалистость клубней при загущенной посадке возрастает на 0,2—0,7% и более.

Отметим, что встречаются рекомендации высаживать клубни с расстоянием между рядами 50 см. Это мало, так как при обработке будет повреждаться корневая система, а из-за недостатка почвы для окучивания происходит массовое озеленение клубней. Лучшим расстоянием между рядами следует считать 60 см для раннеспелых сортов и 70 см, а в некоторых случаях 80—90 см для позднеспелых.

Для раннеспелых сортов густота посадки должна составлять 550—600 кустов, а позднеспелых 450—500 кустов на одну сотку. В этой связи и схемы посадки должны быть соответственно такими: 60 × 25, 60 × 30, 70 × 30, 70 × 35 см.

С. КАРМАНОВ,
доктор с.-х. наук, профессор.

УРОЖАЙ С «ПЕРИНКИ»

Посылаем Вам свой совет как получать с 1 сотки до 1000 кг картофеля. Если не успели осенью, то весной надо вырыть траншейки глубиной 35—40 см и шириной в штык лопаты. Их направление с севера на юг. Друг от друга эти траншейки на расстоянии 60—70 см. Земля укладывается в междурядье. На дно насыпаем всякую ботву с огорода (кроме картофельной и помидорной) и всякий бытовой мусор, а также до самых краев набиваем опавшей листвой.

Клубни картофеля начинаем проращивать в марте, укладывая или вывешивая в полиэтиленовые пакеты между оконных рам. Тут много света и прохладно, ростки не вытягиваются. В середине апреля клубни достаем из оконного «яровизатора» и укладываем в ящики с песком и торфом, чтобы укоренились. По нашим наблюдениям, ростки у клубеньков могут быть небольшими, а вот корневая система поможет после высадки быстрее тронуться в рост.

Числа 20—25 апреля мы принимаемся за посев. Земля на гребнях траншей уже прогрелась и листва за зиму осела наполовину. Теперь в траншейки насыпаем навоз-сырец, по ведру на метр, присыпаем теплой землей с гребня на 5—10 см и через каждые 30 см посыпаем по столовой ложке золы. На золу выкладываем пророщенные клубни. Сверху клубни слегка присыпаем землей, взятой с гребней. В теплой земле, на мягкой «перинке» картофель быстро тронется в рост.

Чтобы всходы не убило морозом, по мере их вырастания засыпаем землей с гребней — «подокучиваем», к концу периода заморозков картошка оказывается основательно окученной. Через

диться в теплицах в течение 20—30 дней и не составит конкуренции другим растениям, постоянно выращиваемым в теплицах. В поле рассада картофеля высаживается сразу же как только почва достаточно просохнет и станет пригодной для обработки.

Следующий важнейший вопрос в технологии выращивания сверхраннего картофеля рассадным способом заключается в том, как

избежать поражения возвратными заморозками растений при ранней их высадке в открытый грунт. Прием, который позволит добиться этой защищенности, довольно прост и не требует каких-то специальных приспособлений, сложных технологических операций или химических препаратов. Он заключается в том, что после высадки рассады в борозды, она сразу же присыпается с помощью окучника на 2—3 см. слоем почвы. Это самым надежным образом защищает растения от поражения возвратными заморозками. Физиология картофельного растения такова, что оно абсолютно безболезненно переносит длительное прикрытие почвой, к чему абсолютно не приспособлено подавляющее большинство других культур, в массовом количестве выращиваемых через культуру рассады. Полное прикрытие растений почвой, помимо того, что защищает растения от заморозков, создает для них более благоприятные условия для приживания после посадки и лучшего укоренения.

Следует обратить внимание еще на один важный и существенный технологический момент, связанный с рассадой картофеля. После посадки она не требует никакого полива при любых погодных условиях. Своего дождя она рано или поздно дождется и сразу же тронется в рост.

При наличии достаточного количества влаги в почве и нормальной для конца апреля первой половины мая температуре (для районов Центральной зоны) растения на 6—10 дней после высад-

№10–11
(107 – 108)

ВАШ ДОМ, САД И ОГОРОД

ДАЧНИКА

ПРЕДЛАГАЮТ ОБСУЖДАЮТ СОВЕТУЮТ ПРОДАЮТ ПОКУПАЮТ

Март 1993 г.

Еженедельная Массовая Газета

ЦЕНА: договорная

Индекс 50028

Конкурс «Викторина TV»

Его проводят «ДАЧНИКИ» совместно с телестудией «Аким» по второй программе РТV в передаче «Шесть соток».

ТУР ПЕРВЫЙ

У Вас проблемы с посевным запасом картофеля! Сэкономте на очистках! Их с успехом можно использовать на посадку. Так считают участники I тура «Викторины TV» (читайте материалы победителей на стр. 2).

ТУР ВТОРОЙ

Вы боитесь поздневесенних заморозков! Правильно! Тогда последуйте советам участников II тура «Викторины TV» (читайте материалы победителей на 4—5 стр.).

Поститесь на здоровье

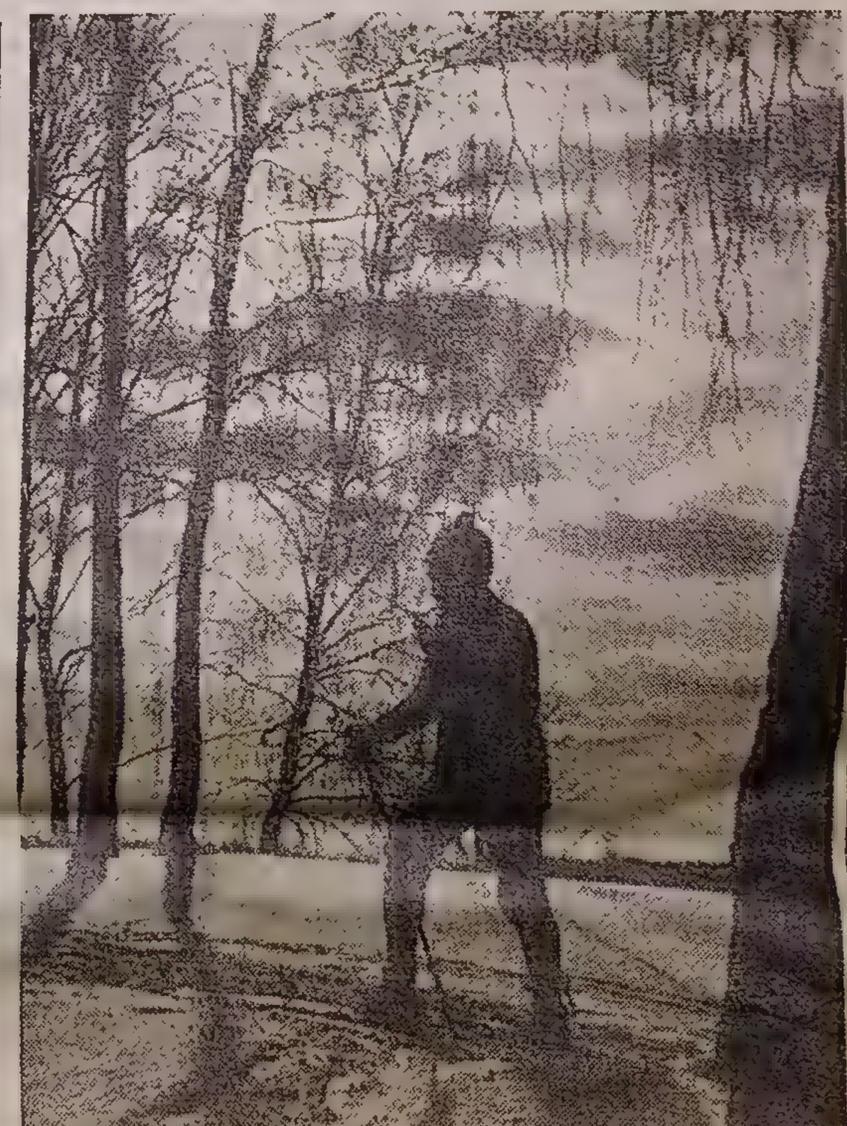
КАЖДОМУ СВОЯ МЕРА

Пост — самое древнее церковное установление. Постились ветхозаветные праведники, постился Иоанн Предтеча, и, наконец, Иисус Христос постился в пустыне сорок дней перед выступлением на проповедь. По его примеру установлен Великий пост.

Многодневных постов четыре. Самый продолжительный — Великий пост. Он длится около 7 недель, начинается после масленицы и заканчивается на Пасху. Рождественский пост (называемый также Филиппов, поскольку следует за днем апостола Филиппа) длится 6 недель. Успенский пост — [illegible] две недели. Петров пост [illegible] в первый поне-

В слове о посте, написанном основателем Свято-Ильинского русского скита на Афоне, архимандритом Паисием Величковским имеются такие строки: *«Из деятельности святых, из жизни Спасителя нашего и из правил жизни благочинно живущих видно, что прекрасно и полезно всегда быть готовым и находиться в подвиге, труде и терпении; однако не ослаблять себя чрезмерным постом и не приводить в бездеятельность тело. Если плоть распаляется по молодости, то много должно воздерживаться; если же она немощна, то нужно довольно в сытость принимать пищу, не взирая на других подвижников,— много или мало кто поститься; смотри и рассуждай по своей немощи, сколько можешь вместить: каждому мера и внутренний учитель — своя совесть. Нельзя всем иметь одно правило и один подвиг, потому что одни сильны, другие немощны; одни как железо, другие как медь, иные как воск...*

Умеренный и разумный пост — основание и глава всем добродетелям. Как со львом и лютым змием бороться, так должно с врагом в телесной немощи и духовной нищете. Если кто хочет иметь ум твердым от скверных помыслов, да утончает плоть постом. Невозможно без поста и священство-



Способы подготовки семян к посеву

Овощеводы применяют прогревание, обеззараживание, намачивание (в том числе в растворах стимуляторов роста и микроэлементов), проращивание и частичную яровизацию, закаливание, прохолаживание, дражирование, барботирование.

Обеззараживание

Обеззараживание семян проводят для предупреждения заболевания растений. Многие бактериальные, грибные и вирусные болезни овощных культур передаются через семена. Протравливание позволяет уничтожить [illegible]

проповедь. По его примеру установлен Великий пост.

Многодневных постов четыре. Самый продолжительный — Великий пост. Он длится около 7 недель, начинается после масленицы и заканчивается на Пасху. Рождественский пост (называемый также Филиппов, поскольку следует за днем апостола Филиппа) длится 6 недель. Успенский пост — всего две недели. Петров пост начинается в первый понедельник после Духова дня (спустя неделю после Троицы) и оканчивается 29 июня в праздник святых Петра и Павла, протяженность его каждый год разная. Переход со скоромной пищи на постную не слишком легок. Но подчиняя себя уставу Церкви, человек дисциплинируется, проявляет власть над своими привычками, укрепляет волю. Во время постов необходимо заботиться о подавлении и искоренении дурных наклонностей, привычек и желаний.

своя совесть. Нельзя всем иметь одно правило и один подвиг, потому что одни сильны, другие немощны; одни как железо, другие как медь, иные как воск...

Умеренный и разумный пост — основание и глава всем добродетелям. Как со львом и лютым змием бороться, так должно с врагом в телесной немощи и духовной нищете. Если кто хочет иметь ум твердым от скверных помыслов, да утончает плоть постом. Невозможно без поста и священствовать; как дышать необходимо, так и поститься. Пост, войдя в душу, убивает в глубине ее лежащий грех».

Все даты в тексте приводятся по старому стилю; для исчисления нового стиля к приведенной дате-числу нужно прибавить 13.

Н. ИВАНОВА

На фотоконкурс

«Мой уголок земли»

Еще в полях белеет снег...

Фото Ю. ЛОГОВИНА.

Начинается подписка

1 апреля начнется кратковременная (лишь до 10 мая) подписная кампания на газету «ДАЧНИКИ: ваш дом, сад и огород» (индекс 50028) и ее приложение «ДАЧНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП» (индекс 50264) на II полугодие 1993 г.

НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ: Срок отпущен короткий — можно не успеть.

ВНИМАНИЮ РАБОТНИКОВ СВЯЗИ И ПОДПИСЧИКОВ:

Каталожная цена на «ДАЧНИКИ» и «ДАЧНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП» указана в I Дополнении к Каталогу, которое поступит из Роспечати на почтовые отделения до конца марта.

Во избежание доплат, воздержитесь от подписки по Каталогу до поступления I Дополнения.

По нынешним ценам — газета на дом стала дорогим, не всем доступным удовольствием. Но Вы можете уменьшить для себя стоимость газеты на сумму доставки, покупая ее в киосках Роспечати, **если местные агентства по Вашему требованию сделают заказ на розничные тиражи в ЦРПА «Роспечать».**

Простейшие сооружения защищенного грунта

Без теплицы на участке плохо. Но какую теплицу строить? Есть такие, что работают круглый год, есть и весенние с остекленным и пленочным покрытием, а можно устроить просто утепленный грунт с временным пленочным укрытием или без.

Прежде чем выбрать, надо самому решить для чего нужна Вам теплица: для ранней выгонки зелени, выращивания рассады или ранней культуры огурцов, помидоров. После этого делают расчет необходимой площади защищенного грунта, исходя из принятых норм высева, густоты посадки и примерного выхода урожая с единицы площади.

стр.3 и 7

Я домой пришла, молочка принесла

Писем с просьбой рассказать о козах еще редкой у нас породы поступает в редакцию немало. Наш корреспондент обратился к зооветинженеру животноводческого хозяйства Ивано-Франковской области Лысько Ларисе Васильевне, которая заведует фермой зааненских коз у себя на селе. Это вторая на Украине ферма, где успешно разводят этих неприхотливых, спокойных животных, дающих вкусное молоко.

стр. 6

мачивание (в том числе в растворах стимуляторов роста и микроэлементов), проращивание и частичную яровизацию, закаливание, прохаживание, дражирование, барботирование.

Обеззараживание

Обеззараживание семян проводят для предупреждения заболевания растений. Многие бактериальные, грибные и вирусные болезни овощных культур передаются через семена. Протравливание позволяет уничтожить возбудителей, находящихся на поверхности и внутри семян.

В ряде случаев протравливание стимулирует физиологические процессы, происходящие в период прорастания семян и роста молодого растения. Например, протравливание семян помидоров раствором марганцовки не только повышает стойкость растений к заболеванию стриком, но и удовлетворяет потребность растений в микроэлементе — марганце.

Один из способов обеззараживания — кратковременное прогревание семян в горячей воде. Семена капусты против килы и грибных болезней прогревают 20 мин. в горячей воде при температуре 50°С. Чтобы поддержать нужную температуру в сосуде с семенами, по стенкам подливают горячую воду. После прогревания семена охлаждают, погружая в холодную воду.

Большинство протравителей — сильнодействующие яды поэтому при их использовании необходимо соблюдать меры предосторожности: хранить в закрытой таре с этикеткой в специальном помещении под замком, во время работы с ядами нельзя ни есть, ни пить, ни курить, посуду после протравливания хорошо мыть, а остатки растворов закапывать как можно дальше от жилья и водоемов, руки и лицо тщательно мыть с мылом, рот прополаскивать остывшей кипяченой водой.

Опытные овощеводы-любители обеззараживают прогретые семена огурца и помидора в 1%-ном растворе марганцовки в течение 20 мин. с последующей тщательной промывкой в чистой воде. Таким же путем обеззараживают семена кабачков, патиссонов, тыквы.

Семена помидоров обеззараживают также в неразбавленном соке алое (24 ч). После обработки семена не промывают. Перед выделением сока листья алоэ выдерживают в

● Продолжение на 2 й стр.

Дела житейские

● Продолжение.
Начало на 1-й стр.

темном помещении пять-шесть суток при 2°С. Растения из семян, обработанных таким способом, не болеют, плоды на них бывают крупнее, а урожай выше чем на растениях из необработанных семян. Обеззараживают семена помидора также в растворах медного купороса (1 г на 10 л воды) и других препаратов в течение 15 мин. с обязательной последующей промывкой в чистой воде:

После обеззараживания семена обрабатывают микроэлементами или намачивают в воде. Самая подходящая посуда для протравливания — стеклянная или деревянная. При мокром протравливании семена опускают в раствор препарата в двойных мешочках из марли или другой ткани, заполненных на 70% объема.

По окончании обработки семена рассыпают тонким слоем, периодически перемешивая.

Конкурс «Викторина TV»

ВОПРОС I ТУРА: Как заготовить и сохранить кожуру картофеля до весенней посадки?

ПОБЕДИТЕЛИ: Главный приз — ручной окучник вручен москвичке Потаповой Валентине Васильевне, агроному по образованию. Авторы ответов, признанных лучшими и награжденных книгой «Русский огород»: М. В. Быченко (Хабаровский край), З. И. Малинина (г. Тверь), Р. А. Науменко (Краснодарский край), А. Н. Дроздова (Московская область), А. Т. Пономарева (Орловская область), Н. Б. Малахова (г. Москва), К. С. Ермак (Приморский край), Е. А. Федотов (Владимирская область), М. А. Кокорева (г. Екатеринбург), В. В. Сарычева (Московская область), С. Д. Маркина (Московская область), Г. К. Хакимова (Алтайский край), М. В. Евсеев (Марий Эл), А. А. Строкин (г. Красноярск), А. С. Барт (г. Москва), Т. Я. Писарева (г. Саратов), В. В. Денисов (г. Пермь), Р. И. Вершинина (г. Зеленоград).

ВОПРОС II ТУРА: Как предупредить губительное воздействие поздне-весенних и ранне-осенних заморозков на урожай?

ПОБЕДИТЕЛИ: Главный приз — ручной окучник присужден автору ответа из Мордовской республики (село Ельники) Александру Васильевичу Лукшину. Поощрительные призы (книга «Русский огород») получат В. Л. Фомичева (Нижегородская обл.), В. Г. Земке (г. Новгород), Л. Н. Фадеева (г. Москва), М. И. Лыкова (г. Москва), Н. Г. Байкиева (Московская обл.) С. П. Абрамочкин (Московская обл.), Г. А. Сердюк (г. Вологда), Е. В. Мякушкин (г. Челябинск), Яблоков (г. Саранск)

РАЗМЫШЛЕНИЯ НАД КОЛЛЕКТИВНЫМ ОТВЕТОМ

1-й тур

нашего главного научного редактора, кандидата сельскохозяйственных наук Евгения Ивановича Ярославцева

Откровенно говоря, вопрос получился «лобовым», кургузым, не дал простор для творчества, фантазии. Соответствующие получили и ответы: конкретно о том, как сохранить очистки и использовать их для посадки. Лишь один участник викторины поставил под сомнение саму возможность использования очисток в качестве посадочного материала: пенсионерка-домохозяйка из деревни Шебаново, что в Павлово-Посадском районе Подмосковья, [illegible] «как сохранить и заготовить кожуру картофеля — я не знаю, по моему, вообще, из кожуры картофель не выращивают». Остальные факты использования такого посадочного материала не отрицали.

В подавляющем большинстве авторы писем вспомнили годы, когда случался в Росс[illegible]

[illegible] ние, вытянувшиеся ростки не желательны.

Процедура заготовки заключается в следующем. Лезвие ножа окунают в раствор марганцовки и начинают «чистить» клубень с верхушки, где наибольшее сосредоточение глазков. Не отказываются из экономии и от одиночно расположенных. Непосредственно под глазками нож заглубляют немного больше, чтобы захватить потолще слой ткани с запасом пищи для ростка. Перед обработкой очередного клубня лезвие ножа обязательно окунают в дезинфицирующий раствор. Очищенные клубни моют в воде.

Срезки аккуратно раскладывают на подносе (доске, полотне, бумаге) ростками вниз и выдерживают 5—6 дней при комнатной температуре. Поверхность среза по[illegible]

Предлагают несколько вариантов.

Первый: подсохшие срезки складывают слоем 20—25 см в ящик и хранить при температуре 2—3° С в погребе, холодильнике, перемешивая раза два в неделю (А. А. Строкин из г. Красноярска).

Второй: в ящик на слой сухого песка разложить «срезки с глазками», пересыпать таким же песком и уложить новый ряд срезок и так несколько слоев. Ящик поставить в прохладное место (в подвал, погреб, у балконной двери, на лоджии, на лестничной площадке и т. д.), где температура в пределах 2—5° С.

Третий: сложить срезки в ящик, пересыпая их коксом (Р. И. Вершинина, г. Зеленоград), опилками (В. В. Денисов, г. Пермь). В. В. Денисов и многие другие рекомендуют [illegible]

[illegible] шочек (пакетик) может быть и из полиэтилена и в нем надо сделать несколько дырочек для вентиляции. А весной срезки переложить в целый пакет, завязать и поместить в теплом, хорошо освещенном месте — подвесить у окна. По данным Н. Б. Малаховой (г. Москва), неплохо хранить очистки в холодильнике, завернув их небольшими порциями в бумагу и положив в банки с обычной или специальной газообменной крышкой.

Уже упоминавшиеся А. Пономарева (с. Пенное), А. Дроздова (д. Шабаново), а также Р. А. Науменко с хутора Лебеди Краснодарского края, З. И. Малинина из г. Тверь и многие другие предлагают ростки длиной не более 8 см. аккуратно выламывать и дальше манипулировать уже только ими. Ростки ставят в воду на пару часов, затем заворачивают в сырую ткань и хранят в хо[illegible] лодильнике во фруктовнице до 1—1,5 месяцев (смачивая ткань). За это время образуются корешки, а на верхушке обозначатся листочки. В конце марта ростки высаживают в ящики (стаканчики, горшочки), заглубляя почвой «с голодом». В дальнейшем пользуются как рассадой томатов, огурцов и т. п.

По окончании обработки семена рассыпают тонким слоем, периодически перемешивая и подсушивают.

Предпосевное намачивание и проращивание

Для ускорения прорастания и появления всходов семена ряда культур намачивают или проращивают (укроп, шпинат, свекла, капуста). Семена моркови, петрушки, сельдерея и лука во время проращивания выдерживают при пониженных температурах (яровизация).

Намачивание проводят при температуре 20-25°С. Семена в мешковине или плотном слое марли помещают в сосуд с водой так, чтобы только покрывала. В деревянной посуде их насыпают слоем не более 10-15 см. Потом наливают половину нормы воды и через 1-2 ч, пока семена полностью не впитают воду, перемешивают. Затем наливают вторую половину нормы воды.

Продолжительность намачивания семян моркови, помидоров, свеклы, петрушки — двое суток; огурцов, кабачков, арбузов, капусты, салата, редиса — до 12 ч, гороха, фасоли — до 6. Семена огурцов можно намачивать в воде температурой 50° С в течение 2 ч, лука-чернушки перед посевом намачивают в течение 6-8 ч. в воде температурой 40°С. Перед посевом семена просушивают до сыпучего состояния.

Для проращивания расстилают в помещении брезент, мешковину, на которых рассыпают семена тонким слоем. Когда наклюнется (прорастет) до 5%, их высевают. При оптимальных

Продолжение на 3-й стр.

Наш помощник в огороде
Дачник
№ 10.–11 стр. 2

[illegible] качестве посадочного материала: пенсионерка-домохозяйка [illegible] А. Н. Дроздова пишет: «Как [illegible] нить и заготовить [illegible] картофеля — и [illegible] ры картофель [illegible] ют». Остальные [illegible] использовали [illegible] В подавляющем большинстве [illegible] вспомнили [illegible] в Ростелетья, времена особых потрясений и переломов в жизни нашего народа и государства. Не собираемся драматизировать нынешнюю ситуацию, но вот эта массовость, единодушие (независимо от возраста) сограждан удручают: налицо несомненные параллели между теми периодами балансирования на границе жизни впроголодь с голодной смертью и сегодняшним днем.

Однако народ и не безмолвствует: сотни зрителей телепрограммы «6 соток» и читателей газеты «Дачники» включились в викторину и прислали свои ответы. Они очень похожие по своей сути и различаются степенью полноты, несущественной детализацией, манерой изложения, доступностью для чтения.

Коллективный ответ мог бы выглядеть примерно так.

Предугадывая неизбежность использования в качестве посадочного материала срезок с пищевого картофеля, надо еще осенью отобрать лучшие по своему состоянию клубни. «Зеленить», держать на свету, чтобы позеленели, нельзя. Хранить отдельно при 2—5° С до «последнего съедного дня» рекомендуют их в луковой или чесночной шелухе. Перед срезкой очисток большинство предлагают клубни обмыть, обсушить. А Г. К. Хакимова из села Василчуки Алтайского края обмывает клубни в подсоленной воде. Перед «операцией» советуют подготовить инструмент, дезинфицирующие средства — острый нож, слабый раствор марганцовки, а также сам объект — клубни.

Предпочтительнее брать клубни, у которых активный рост побегов еще не начался. Но уж если «процесс пошел», то надо поспешить и с «заготовкой очисток», помня, что чем раньше, тем лучше. Тонкий нож заглубляют немного больше, чтобы захватить побольше слой ткани с запасом почек для ростка. Перед обработкой очередного клубня лезвие ножа обязательно окунают в дезинфицирующий раствор. Очищенные клубни моют в воде.

Срезки аккуратно раскладывают на подносе (доске, полотне, бумаге) ростками вниз и выдерживают 5—6 дней при комнатной температуре. Поверхность среза покрывается за это время загрубевшим защитным слоем. Москвичка Малахова Н. Б. срезы смазывает тонким слоем жидкой глины. Подсохшая глиняная корочка выполняет ту же защитную функцию. Подавляющее большинство (Е. А. Федотов из Владимирской обл., К. С. Ермак из Приморского края, М. В. Быченко из Хабаровского края, В. В. Сарычева из Подмосковья, М. А. Кокарева из Екатеринбурга и др.) срезы либо погружают в золу, либо посыпают ею. Орловчанка А. Т. Пономарева пользуется для этого сухой золой, «полученной при сжигании в печи растительного топлива — стеблей полыни, подсолнечника и др. трав».

Основная проблема теперь сохранить материал, чтобы он не загнил и не «изрос». [illegible] прохладное место (в подвал, погреб, у балконной двери, на лоджии, на лестничной площадке и т. д.), где температура в пределах 2—5° С.

Третий: сложить срезки в ящик, пересыпая их коксом (Р. Н. Вершинина, г. Зеленоград), полынью (В. В. Денисов, г. Пермь). В. В. Денисов и многие другие рекомендуют срезки с ростками подержать на свету с тем, чтобы затормозить преждевременный рост побегов. Т. Я. Писарева из г. Саратова предлагает свою технологию, которая может оказаться наиболее приемлемой для тех горожан, которые ранее не часто сталкивались с проблемой личного участия в производстве картофеля. Уже с января она срезанные очистки складывала в целофановый пакет и держала его во фруктовнице в холодильнике. К апрелю скопилось до 4 кг. Там же на очистках появились ростки. 22 апреля перевезла на дачу, сбрызнула водой и на день выставила на солнце. На Пасху 26 апреля высадила. Для 1993 г. имеется свой нормальный посадочный материал. Москвичка А. С. Барт считает, что ме[illegible] до 1—1,5 месяцев (семена [illegible] зимы). За это время образуются [illegible], а на верхушках [illegible] листочки. В конце марта ростки высаживают в ящики (стаканчики, [illegible]), насыпая почвой [illegible]. В дальнейшем [illegible] и т. п.

Вот, пожалуй, и все из моря ответов о том, как сохранить срезки с клубней картофеля и использовать их в качестве посадочного материала. Упомянули мы лишь некоторых участников викторины, но благодарны за письма всем.

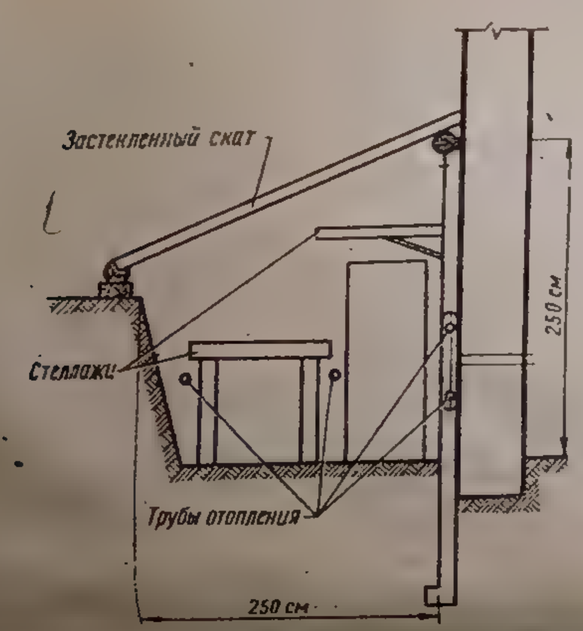
x x x

Но все-таки лучше, если есть возможность, посадить семенной картофель. Лучшие сорта селекции НИИ картофельного хозяйства вы можете приобрести ежедневно. Проезд: с Павелецкого вокз. до ст. Барыбино, далее авт. до с. Ильинское ост. «Церковь», лаборатория института картофельного хозяйства (5-этажный дом, подъезд 4, 1-й эт.). Машиной до г. Домодедово через с-з «Заря коммунизма» к ст. Барыбино.

Простейшие сооружения защищенного грунта

Теплицы

Для устройства теплицы выбирают такое место на участке, которое надежно защищено от холодных северных ветров, имеет теплый южный склон и хороший естественный дренаж. Строительство теплично-парниковых сооружений подробно рассмотрено в специальной литературе. На небольших приусадебных участках для любителей огородников вполне доступно и посильно устройство следующих теплиц.



Виды теплиц

По конструкции небольшие теплицы бывают односкатными, двускатными, ангарными и блочными. Наименьших затрат требует строительство односкатной теплицы (пристенной). Для лучшего обогрева и освещения такие теплицы ориентируют на юг или юго-запад. Односкатные теплицы могут быть холодными — с котлованом и без котло-

вянные части теплицы — шпросы (перекладины), рамы и прочее — дважды смазывают олифой с охрой, красят, обрабатывают антисептиками. Для входа в теплицу с торца устраивают тамбур с входной дверью. Если нет парниковых или других рам, кровлю устраивают из деревянных шпросов, размещаемых от северной стенки к южной параллельно друг другу на расстоянии, равном ширине имеющегося стекла. При пленочном укрытии расстояние между шпросами 80—100 см и более. Внутри теплицы можно устраивать стеллажи.

Двускатные весенние теплицы тоже могут быть с обогревом и без обогрева. Чтобы они обходились дешевле, не устраивают котлован и в качестве укрытия используют синтетическую пленку. Ширина двускатной теплицы 2,5—3 м., высота в коньке 1,8—2 м., высота боковых стенок — до 1 м. Рамы (кровлю), боковые и торцовые стороны покрывают одинарным или двойным слоем пленки. Крепят пленку к брускам при помощи тонких деревянных реек, а также специальными зажимами, отходами ремней.

Двуслойное укрытие создает воздушную прослойку в 3—5 см. между слоями пленки, улучшающую тепловой режим в теплице. На случай экстремальных условий (сильных заморозков) в пленочных теплицах, не имеющих обогрева горячей водой, устанавливают дополнительный пленочный тоннель. Можно также при угрозе заморозка внести в теплицу электроплитку (на кирпич), поставить на нее металлический сосуд с водой для нагревания.

Кровлю арочной теплицы, изогнутую наподобие арки, монтируют из металлических прутьев диаметром 10 мм или труб.

Парники

Парники бывают односкатными и двускатными (каркасы с пленочным укрытием), наземными или углубленными. Место для парника выбирают также, как для теплицы — теплое, защищенное от

стороны толщина пласта должна быть 20 см, с южной — 8. Перед укладкой дернины (травостоем вверх) края котлована поливают водой для более быстрого укоренения дерна. Делянку с которой берут дерн, за два-три дня до сбора обрабатывают раствором железного купороса (0,1 кг на 10л воды, расход раствора на 10 м²) или раствором сульфата аммония (75 г на 10 л воды, расход на 3 м²) или опыливают смесью золы с хлорной известью в соотношении 4:1 (20 г смеси расходуют на 1 м²). Такая обработка необходима для уничтожения жука-щелкуна и его личинок — проволочников.

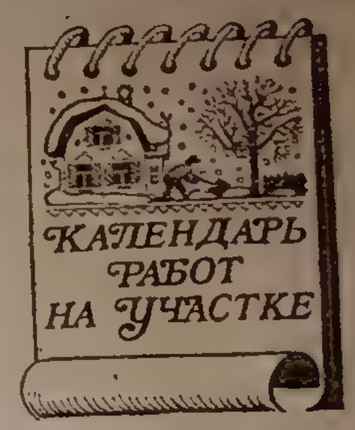
Чтобы биотопливо не остывало, парник должен состоять минимум из четырех — пяти рам. Рамы можно сделать самим, но использовать надо сухой материал, чтобы они не коробились. Обвязку рам делают из брусков дерева шириной 7 см, толщиной 5,5. Углы обвязки скрепляют двойным шипом и деревянными гвоздями. Три внутренних шпроса шириной 4,5 см и толщиной 3,5 см врезают в обвязку рам с двух сторон на расстоянии 23 см один от другого.

Готовые рамы для продления срока службы покрывают олифой, сушат и только затем стеклят простым стеклом толщиной 1,5—2 мм. В верхней и нижней частях рамы используют более мелкое стекло, чем в середине. Остекление и замазывание рам проводят также как в теплице.

Виды биотоплива

Для обогрева парника в котлован укладывают горячий навоз (конский), соломистый (коровий) или другое биотопливо, например компост из древесных листьев или органического мусора и отходов.

На одну стандартную парниковую раму при глубине котлована 60 см требуется до 0,6 т навоза. Для лучшего сохранения тепла на дно парника (котлова-



● ОКОНЧАНИЕ. НАЧАЛО НА 1-й, 2-й СТР.

условиях такой момент наступает: у семян капусты, редиса, репы—через полтора-два дня, у лука, и свеклы — через два-четыре, у моркови через четыре-пять, у петрушки через пять-семь дней. При проращивании укропа воду в течение двух-трех суток меняют ежедневно два раза.

Все семена, прошедшие обработку намачиванием, проращиванием и низкими минус 1°С температурами на льду во время проращивания высевают только во влажную почву.

Семена теплолюбивых культур закаливают путем воздействия переменными температурами. Набухшие их после намачивания на 10-12 час. помещают в температуру 0—+2°С, затем +20-25°С, и так в течение 10 дней, пока отдельные начинают наклеиваться. Такие можно высевать раньше обычного. Если незакаленные семена огурцов и помидоров начинают прорастать при 13-14°С, то после прохолаживания в течение трех-пяти суток огурцы начинают прорастать уже при +10°С, помидоры — при +8°С. На огурцах в этом случае раньше образуются цветки и формируется урожай.

Для ускорения формирования женских цветков у огурцов рекомендуется предпосевное прогревание семян на печи или комнатной батарее при температуре +50-60°С.

Виды теплиц

По конструкции небольшие теплицы бывают односкатными, двускатными, ангарными и блочными. Наименьших затрат требует строительство односкатной теплицы (пристенной). Для лучшего обогрева и освещения такие теплицы ориентируют на юг или юго-запад. Односкатные теплицы могут быть холодными — без обогрева, с котлованом и без котлована. Обычно односкатные теплицы строят из двух-четырех парниковых рам. Оптимальный наклон рам со стеклом или пленкой 45°.

Холодная односкатная пристенная стационарная или переносная теплица имеет с южной стороны укрытие из остекленных парниковых рам или пленочное одинарное или двойное укрытие. С боков располагают деревянные щиты с опилками или два-три слоя соломенных (тростниковых и др.) матов. Брусы под рамами и боковые щиты снизу укрепляют перегноем, навозом, торфом или опилками.

Обогрев теплиц, как и других сооружений защищенного грунта, может быть солнечный, биологический и технический. Солнечный обогрев позволяет успешно вести культуру овощей в весенне-летний период. Технический обогрев не всем доступен. Он требует значительных затрат на подведение теплой воды или устройство других источников тепла и печей, калориферов.

Для биологического обогрева используют конский навоз или соломистый коровий. При устройстве навозной «постели» берут 200—300 кг навоза, при перекопке его с почвой — 30—50 кг на 1 м². В ранних теплицах укладывают 200—300 кг навоза на 1 м² и сверху накрывают его приготовленным заранее питательным грунтом 1—1,3 м³ на 1 м² теплицы. Для предотвращения развития болезнетворных грибов коровий навоз перед засыпкой почвой, торфом или перегноем посыпают известью пушонкой — 0,3 кг на 1 м² или двойной дозой золы.

Если есть возможность подвести на участок теплую воду, трубы для нее прокладывают под остекленной кровлей (рамами), под стеллажами или у стен, но лучше у стен разместить радиаторы. В теплицу легко протянуть шланг от водопроводной сети. Для односкатных теплиц с котлованом используют и биологический обогрев и обогрев теплой водой. Котлован роют глубиной 80—100 см и шириной 2,5 м. Длина его произвольная и зависит от потребностей овощевода, наличия рам, пленки, длины стены, у которой устраивают теплицу. Высота теплицы от дна котлована до кровли застекленного ската с северной стороны 2—2,5 м, с южной — 1—1,5 м.

Стены выкладывают из хорошо обожженного кирпича (отходов) или устраивают деревянные насыпные. Все дере-

пленочный тоннель. Можно также при угрозе заморозка внести в теплицу электроплитку (на кирпич), поставить на нее металлический сосуд с водой для нагревания.

Кровлю арочной теплицы, изогнутую наподобие арки, монтируют из металлических прутьев диаметром 10 мм или труб.

Парники

Парники бывают односкатными и двускатными (каркасы с пленочным укрытием), наземными или углубленными. Место для парника выбирают также, как для теплицы — теплое, защищенное от холодных ветров. По длине располагают с запада на восток. Чаще строят односкатные парники.

Как сделать углубленный парник

Для углубленного односкатного парника роют котлован шириной вверху 150 см, внизу — 125, глубиной 60—70 см. Размер стандартной парниковой рамы 160 × 106 см. Рама имеет три продольных шпроса для удерживания стекла. По длине парника, как правило, размещают 20 рам, но количество их может быть как меньше, так и больше, в зависимости от потребности.

Над котлованом делают обвязку из бревен, досок (шириной 20—25 см) или другого подсобного материала. Ширина такого ящика обвязки должна быть равна длине рамы, т. е. 160 см. Ящик устанавливают на котлован, а при наземных парниках — на теплую постель из биотоплива и перегнойной почвы (торфа) так, чтобы северная сторона (парубень) была на 10—12 см выше южной. У южного парубня делают упор (паз, набитые рейки, скобы) для удержания рамы. К северному парубню раму подгоняют плотно.

Если нет лесоматериала, обвязку можно сделать из дерпины, заготовленной осенью и нарезанной лентами шириной 20 см. С северной

и замазывание рам проводят также и в теплице.

Виды биотоплива

Для обогрева парника в котлован укладывают горячий навоз (конский), соломистый (коровий) или другое биотопливо, например компост из древесных листьев или органического мусора и отходов.

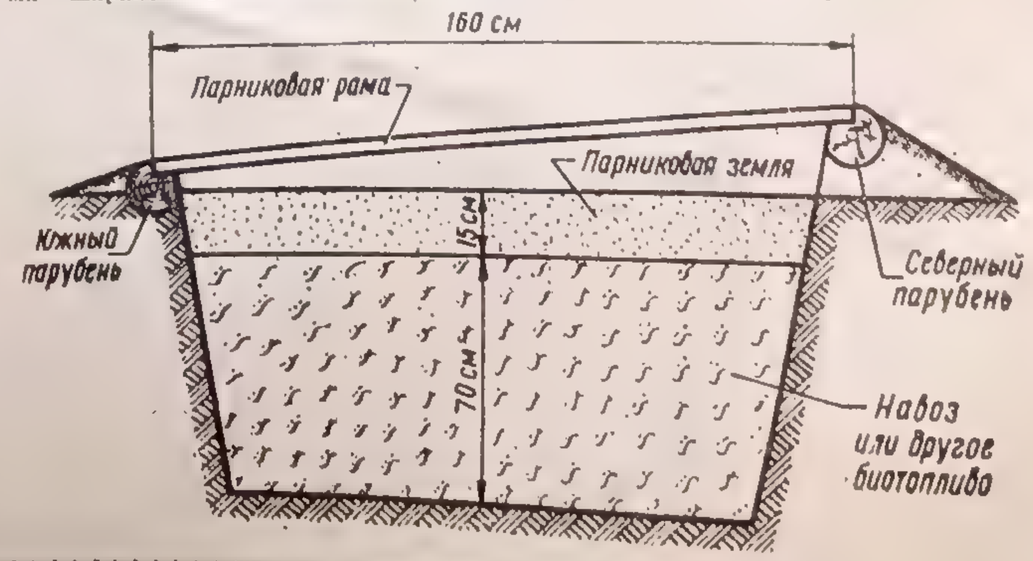
На одну стандартную парниковую раму при глубине котлована 60 см требуется до 0,6 т навоза. Для лучшего сохранения тепла на дно парника (котлована) после очистки от снега насыпают слой опилок толщиной 8—10 см.

Качество коровьего навоза значительно повышается при смешивании их с рыхлящими материалами, добавляемыми в равных частях по объему. К таким материалам можно отнести сухую торфяную крошку, опилки, костру, корье, табачный или древесный лист, подсолнечную пыль или просеянную подсолнечную лузгу. Коровий навоз используют для ранних теплых парников.

Овощеводы, имеющие участки возле крупных городов, давно используют на биотопливо мусор городских свалок. Его разогревают искусственно, создавая «горящие» очаги. За пять-семь дней мусор разогревается до температуры конского навоза и сохраняет ее 45—60 дней. Как правило, мусор не смешивают с другими материалами. В последние годы в промышленности научились перерабатывать домовой мусор в органическое удобрение.

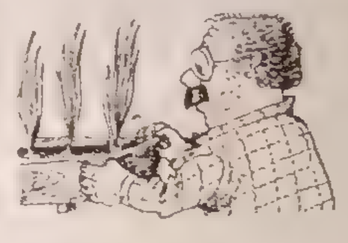
Доступное биотопливо для огородника-любителя — древесные листья. В чистом виде они дают невысокую температуру, но при смешивании с коровяком или свиным навозом (1:4) нагреваются до 50°С. Осенью опавшие листья укладывают в штабель, сверху чтобы не разлетались, накрывают почвой, старой пленкой или досками.

● Окончание на 6-й стр.



семена огурцов начинают прорастать при 13-14°С, то после прохолаживания в течение трех-пяти суток огурцы начинают прорастать уже при +10°С, помидоры — при +8 С. На огурцах в этом случае раньше образуются цветки и формируется урожай.

Для ускорения формирования женских цветков у огурцов рекомендуется предпосевное прогревание семян на печи или комнатной батарее при температуре +50-60°С. Прогревание начинают при комнатной температуре, затем чтобы избежать заперивания ее повышают по-

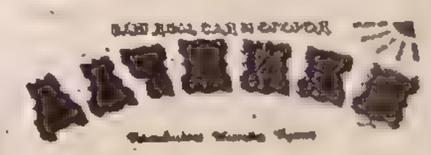


степенно в течение 1-2 ч до нужного уровня. Толщина слоя сухих семян при прогревании должна быть не более 3-4 см, и их перемешивают.

Овощеводы-любители используют также упрощенный способ дражирования: увлажненные семена смешивают с просушенными и добавляют хорошо размельченный коровяк в соотношении — четыре части коровяка на одну часть семян. Семена помещают в раствор на 12-24 часа, затем просушивают (провяливают) и высевают.

Для обработки используют древесную золу, в которой содержится свыше 30 элементов питания, нужных растениям, в том числе многие микроэлементы. Для этого в 1 л теплой воды растворяют две столовые ложки золы и настаивают сутки, периодически помешивая. Семена в марлевом мешочке погружают в процеженный настой и выдерживают: лука и моркови — 6 час, остальных культур — 3.

П. ЯКОВЛЕВ



2-й тур

Конкурс «Викторина TV»

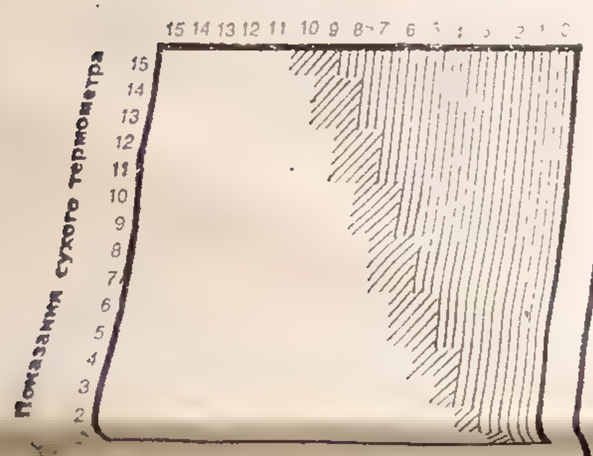
Знаю, где соломку подстелить

Прежде чем защищать сад и огород от заморозков, сначала нужно подготовить их к экстремальным условиям. В течение года следует заботиться о том, чтобы растение не пострадало. Нужно вести высокую агротехнику, следить за тем, чтобы растение не перекормить или недокормить различными удобрениями, в жаркую погоду поливать, в дождливую, особенно в продолжительные ливни, отводить по канавкам воду. В дальнейшем, чтобы бороться с заморозком, его нужно прогнозировать. Я для этого в основном применяю два способа, и убедился, что заморозок можно предугадать на 95—98%.

Первый способ. Определение по влажному термометру (рис. 1). Но этот

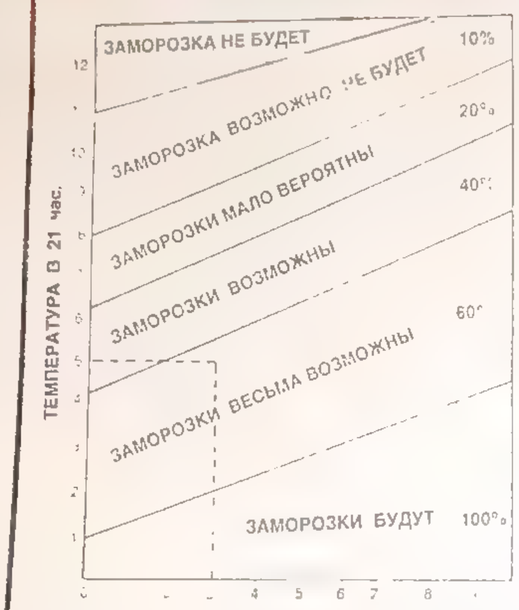
ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПО ВЛАЖНОМУ ТЕРМОМЕТРУ

Показания смоченного термометра.



метод я редко применяю, а больше пользуюсь вторым с использованием одного обычного термометра. По этому способу необходимо запомнить температуру в 13.00 час. и в 21.00 час и затем смот-

Разность показания температур в 13 и 21 час.



жит снег. А когда и он сойдет, я уже выиграл несколько дней, и яблони цветут позже. Этот метод можно использовать абсолютно на всех растениях. И еще одно: необходимо подбирать сорта со сроками цветения, подходящими для рискованной зоны, чтобы цветение начиналось уже после заморозков.

Еще более распространенный способ предотвращающий от заморозков Это поливка приствольного круга водой до полного насыщения почвы, и мелкое дождевание во время заморозка.

Можно также во время планирования закладки сада использовать несколько профилактических способов: обеспечение участка воздушным дренажем, выбор [illegible] склона и близость крупного водоема. Последнее дает очень хорошую защиту. Когда понижается температура воздуха, вода, аккумулирующая тепло в течение дня, затем излучает его в ночное время. Хоть и незначительно, но около водоема во время заморозка температура на 1—2°С выше. Нельзя забывать и следующие правила. Не следует закладывать плодовые насаждения в низинных участках. Там скапливается холодный воздух, а значит и наибольшая вероятность заморозка. Необходимо создавать защитные лесополосы, которые предотвратят движение холодных [illegible]

тивными средствами защиты от заморозков и даже от морозов может быть — покрытие плодовых деревьев специальной пеной. (Эту пену применяли, кажется, в США или в Англии, а у нас не знаю, не видел).

А. ЛУКШИН

Мордовская ССР, с. Ельники

Вода-защитница

Я не имею возможности ежедневно закрыть вечером, а утром открыть растения. Поэтому я делаю так. Сразу при посадке с северной стороны грядок ставлю всю имеющуюся у меня посуду — корыто, ванну, лейки, ведра и заливаю ее водой. Использую даже худую посуду, выстелив пленкой. Под посуду подкладываю дощечки, сено, так лучше прогревается вода, не остывает от земли. Считаю, что вода, прогреваясь днем, ночью отдает тепло, или помогает испаряющаяся вода, но только растения не замерзают, даже если на поверхности воды есть иголки льда. Я заметила, что растения вблизи этой посуды растут быстрее. Так и кочуют емкости с водой по всему саду: сначала они — у ранней капусты, потом — у томатов и огурцов. Правда вид сада портится, но приходится мириться. А если ожидаются заморозки, а высажено все, я дополнительно в борозды, в углубления в почве (иногда их специально делаю) кладу кусочки пленки и заливаю борозды и углубления водой (на пленку). Еще огурцы я защищаю редисом. Грядки под огурцы делаю рано, и сею на них редис и салат, оставляя под посадку огурцов в серединке не засеянной бороздку. Когда придет время посадки огурцов, сею их пророщенными семенами в бороздку между редисом. Заметила, что всходы огурцов в редисе переносят заморозки без укрытия. Видимо листья редиса спасают.

В. ФОМИЧЕВА

г. Городец,
Нижегородской обл.

Яд против холода

Дачу мы заимели недавно и не пришлось нам спасать от заморозков свой урожай. Но в пору своего детства наши деревенские защищали свои огороды и сады от заморозков [illegible]

морозками ст. научный сотрудник Л. А. Незговеров Он предложил вносить в почву специальные яды — фунгициды (бордосская смесь — это смесь медного купороса и извести или поликарбицин). В почве всегда много болезнетворных грибков. Холод ослабляет корневую систему растений, они становятся такими слабыми, что не могут долго сопротивляться внешним неблагоприятным условиям и становятся добычей этих грибков. При внесении фунгицидов грибки погибают, а растения выживают даже при длительном похолодании

В. ЗЕМКЕ

г. Новгород.

Раствор — аккумулятор

Как известно, методика защиты заключается в повышении температуры близ посадок. Это возможно, во-первых, благодаря изоляции посадок с помощью укрытия, во-вторых, согреванием воздуха под открытым небом, т. е. дымлением. Я же на основании собственного опыта, предлагаю следующее. Известен способ защиты от заморозков при помощи обыкновенной воды, которую расставляют по саду в различных емкостях (под кроны деревьев, среди высаженной рассады). Я считаю, этот способ (из-за быстрого остывания) недостаточно эффективен, поэтому предлагаю усовершенствовать его.

Суть дела заключается в следующем. Известно, что некоторые вещества при растворении их в воде поглощают теплоту (эндотермические процессы). Количество тепловой энергии, которую поглощает вещество при растворении, выделится при выпадении его в осадок. Поэтому в дневное время солнечная энергия способна накапливаться в растворе (в виде поглощенной теплоты растворения), а в ночное время—освобождаться или потребляться в виде теплоты осаждения, которая по знаку противоположна теплоте растворения. При отсутствии солнца растворение можно проводить подогревом.

То есть, если вместо воды использовать растворы подобных веществ они будут работать как аккумуляторы солнечной энергии. Какие же [illegible]

□ - ЗАМОРОЗКА НЕ БУДЕТ
▨ - ЗАМОРОЗКИ ВОЗМОЖНЫ
▥ - ЗАМОРОЗКИ БУДУТ

метод я редко применяю, а больше пользуюсь вторым с использованием одного обычного термометра. По этому способу необходимо запомнить температуру в 13.00 час. и в 21.00 час и затем смотреть по таблице (рис. 2).

Пример: в 13-00 температура +8°С
в 21-00 температура +5°С

смотрим по нижней шкале разность —3°С и по левой боковой находим —5°С, на точке пересечения, заморозок — 60%.

Весной, когда начинает сходить снег, я делаю его задержку, посыпаю снег опилками, он тает медленнее и в результате, когда на других участках уже нет снега, у меня под яблонями еще ле-

до полного насыщения почвы, и мелкое дождевание во время заморозка.

Можно также во время планирования закладки сада использовать несколько профилактических способов: обеспечение участка воздушным дренажем, выбор экспозиции склона и близость крупного водоема. Последнее дает очень хорошую защиту. Когда понижается температура воздуха, вода, аккумулирующая тепло в течение дня, затем излучает его в ночное время. Хоть и незначительно, но около водоема во время заморозка температура на 1—2°С выше. Нельзя забывать и следующие правила. Не следует закладывать плодовые насаждения в низинных участках. Там скапливается холодный воздух, а значит и наибольшая вероятность заморозка. Необходимо создавать защитные лесполосы, которые предотвратят движение холодных ветров. Для защиты растений от заморозков можно применять также: перемешивание холодного приземного слоя с верхним теплым воздухом с помощью вентиляторов, установленных на мачтах. Теплоизоляционные материалы, которые предохраняют почву от снижения температуры до критической; прямой обогрев сада различными электрическими грелками. У нас этот метод можно применять в основном для подогрева растений, находящихся под пленкой, открытый способ очень дорог. Перспек-

Грядки под огурцы делаю рано, и сею на них редис и салат, оставляя под посадку огурцов в середине не засеянной бороздку. Когда придет время посадки огурцов, сею их пророщенными семенами в бороздку между редисом. Заметила, что всходы огурцов в редисе переносят заморозки без укрытия. Видимо листья редиса спасают.

В. ФОМИЧЕВА

г. Городец,
Нижегородской обл.

Яд против холода

Дачу мы заимели недавно и не пришлось нам спасать от заморозков свой урожай. Но в пору своего детства наши деревенские защищали свои огороды и сады от заморозков следующим образом: в нескольких местах сада или огорода раскладывали костры, состоящие из хвороста, гнилушек и травы, костры тлели во время холодов, спасая и огороды и сады

А вот как защищали посевы огурцов от заморозков. Над грядой огурцов растягивали на кольях кусок холста, на холст клали сухой мох, а мох поливали водой. Вода, постепенно просачиваясь через холст, капала на грядку с огурцами. Огурцы почему-то не замерзали. А вот что предложил по борьбе с за-

Известно, что некоторые вещества при растворении их в воде поглощают теплоту (эндотермические процессы). Количество тепловой энергии, которую поглощает вещество при растворении, выделится при выпадении его в осадок. Поэтому в дневное время солнечная энергия способна накапливаться в растворе (в виде поглощенной теплоты растворения), а в ночное время—освобождаться или потребляться в виде теплоты осаждения, которая по знаку противоположна теплоте растворения. При отсутствии солнца растворение можно проводить подогревом.

То есть, если вместо воды использовать растворы подобных веществ, они будут работать как аккумуляторы солнечной энергии. Какие же доступные вещества растворяются в воде с поглощением тепла? В порядке уменьшения поглощения это: железный купорос (семиводный), аммиачная селитра, мочевина, медный купорос (пятиводный). Из перечисленных веществ удобнее всего аммиачная селитра и мочевина, поскольку эти же растворы в дальнейшем мы используем как азотные подкормки.

Приведу расчет теплового эффекта.

При растворении 1 моля NH_4NO_3 (т. е. 80 г. аммиачной селитры в 100 молях воды (т. е. 1,8 л) поглощается 6.216 ккал. тепла или 26.01 килоджоулей (КЖД). Если мы в ведре воды (10 л)

Готовьтесь к прививкам

Лучше меньше

Известно, что некоторые садоводы в погоне за количеством посаженных сортов яблонь высаживают бездумно большое их количество, чем нарушают необходимую площадь питания для каждого дерева. К тому же загущенный сад дает мелкие и кислые яблоки, а в «дремучих зарослях» яблонь развиваются грибные болезни и вредители.

Многосортные яблони позволяют сократить количество посадок яблонь с 12—14 шт. до 6—8 шт. В качестве подвоя можно использовать морозостойкую долговечную яблоню Антоновку, имеющую здоровую древесину.

Также можно использовать и яблоню Коричное полосатое с морозостойкой древесиной и корневой системой. Возраст яблонь для перепрививки желательно иметь не более 10—15 лет.

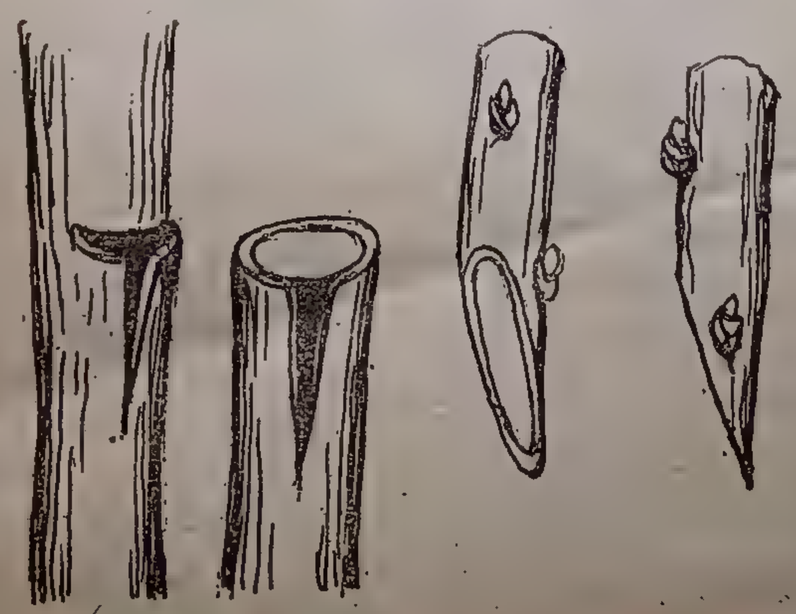


Рис. 1. Перепрививка способом «за кору косым срезом».

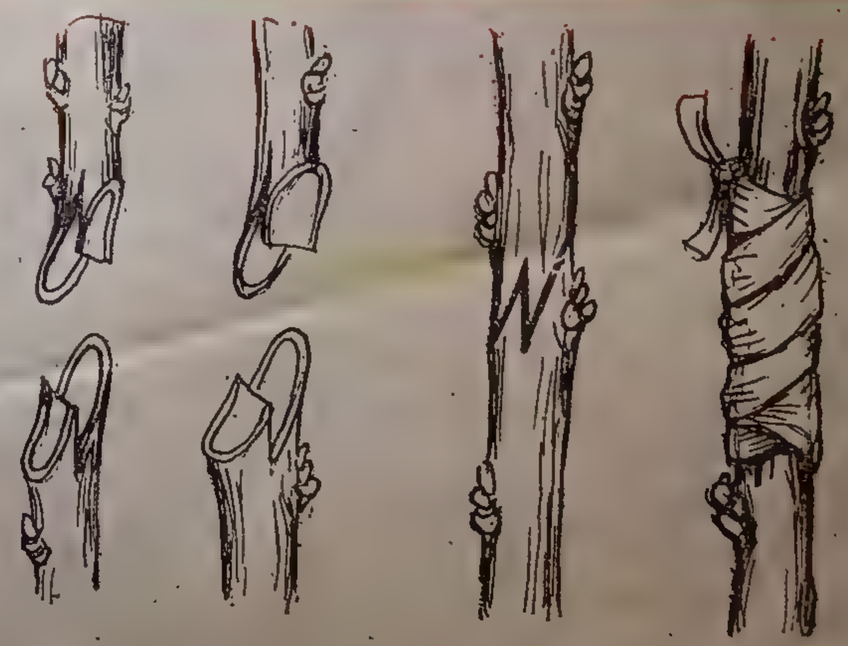


Рис. 2. Перепрививка способом улучшенной копулировки.

Техника прививки и перепрививки очень проста. Те, кто желает освоить эту несложную технику, должны уже весной этого года запастись черенками, которые до начала прививки (конец апреля) хранить в снегу или в холодном подвале от подмерзания и от высыхания. Скелетную ветвь яблони, на которую собираются привить новый сорт, обрезают на длину 30—40 см от штамба. При диаметре пенька 60—80 мм прививают два или три черен-

САД

растворяем 444 г NH_4NO_3 (примерно половина упаковки) — поглощается 144 КДЖ тепла. Это наш запас. Удельная теплоемкость воздуха составляет 1.01 КДЖ на 1 кг/град., т. е. для нагревания на 1 градус 1 кг. воздуха (примерно один кубометр) требуется 1 КДЖ тепла. Если при заморозке температура опускается до —4°С, то нам нужен нагрев на 4 градуса, т. е. 4 КДЖ/м³. Следовательно, наш «аккумулятор» за ночь способен согреть на 4 градуса 36 кубометров воздуха или крону большого дерева (3×3×4м), т. к. наш запас тепла составляет 144 КДЖ (144 КДЖ:4=36 м³ воздуха).

Между грядками раствор лучше наливать в плоские газы, корыта, для того, чтобы нагреваемый воздух больше прилегал к земле.

Н. БАЙКИЕВА

Московская область,
Щелковский район,
п. Биокомбината.

Отцовское сокровище

Хочу рассказать о методе своего отца. Возможно он известен старым огородникам, а молодых может заинтересовать, так как гарантия хорошего урожая при любой погоде обеспечена.

Грядка под огурцы делалась выше уровня земли, ориентировалась с запада на восток. Каркас грядки сбивался из досок, пропитанных составом, который замедляет процесс гниения древесины. Размер каркаса 0,7 м×7,0 м. Высота грядки (каркаса) 0,3 м. На дно грядки была уложена железная труба диаметром 70 мм. Вернее 2 трубы, соединенные куском мягкой гибкой трубы для сгиба. Трубы укладывались под наклоном, чтобы вода могла свободно проходить по ним и вытекать из другого конца С одного торца грядки делалась площадка ниже уровня земли, чтобы легче было собирать воду, вытекающую из трубы. Один конец трубы, который выше другого относительно уровня земли, заделан деревянной пробкой, в которую вставлена воронка, через которую заливалась теплая (даже горячая вода, когда ожидались заморозки или резкое похолодание). Другой конец трубы закрывался деревянной пробкой Когда вода в трубе остывала (обычно на следующее утро, после вечернего залива), воду спускали [illegible] вода согревала, тру-

Пленка готовилась с кулисками. Одна кулиска делалась по центру пленки, куда вдевалась трубка, которая укладывалась на вбитые колышки. На боковых концах пленки тоже делались кулиски, куда вставлялись рейки деревянные. Центральная трубка закреплялась на колышках крюками из длинных гвоздей.

Боковые рейки также крепились крюками на каркасе. По торцам грядки делались стационарные несъемные экраны из пленки. На день пленка легко поднималась с южной стороны и перекладывалась на северный скат. В жаркую погоду поднимались оба ската и закреплялись тесемками на верхней трубке. Поливались огурцы всегда согретой на солнце водой из бочки, всегда в одно время, за 2 часа до заката солнца. Поливались не под корень, а в специальные бороздки вдоль всей грядки между посадками, чтобы не повредить корешки. Удобрения также вносились только в бороздки. Такая технология применялась моим отцом на его садовом участке в товариществе «Мичуринец». Сегодня на этом месте вырос новый жилой микрорайон Митино. А я, его наследница, осваиваю новый участок в 100 км от Москвы в болотистом месте, где даже летом 1992 года вода стояла все лето в вырытом в центре участка декоративном пруду. Опыт отца, большого любителя и изобретателя в огородничестве, мне очень пригодился. В ближайшее время хочу поделиться с Вами уже своим опытом выращивания картофеля с учетом методов Миттлайдера и Буланова.

В заключение хочу поблагодарить редакцию газеты «Дачники» за хорошую газету. Думаю, что это великолепное пособие не только для начинающих садоводов-огородников, но и бывалых, опытных. Обмен опытом — лучший способ добиться успехов в своих стараниях по выращиванию высоких урожаев огородных культур.

Л. ФАДЕЕВА.

г. Москва.

«Парчик» просто открывается?

Ничего мудреного у нас нет, но, может быть, что-то пригодится.

Парники у нас переносные, тоненькие на дугах. Весной мы накрываем их пленкой шириной 1 м 20 см на огурцы, 1 м 40 см на помидоры, не разрезая, [illegible] по одной справа

мата «Известия». Газета кладется поперек грядки, заходя друг на друга на 3—4 см., а сверху, как я уже писала, на дуги — двойную пленку, хорошо закрыв торцы.

Помидоры. Над рядом высаженной рассады, над верхушками, натягиваем веревку, на которую вешаем газету по сгибу (она как раз до земли), заходя друг на друга на 3—4 см. Сверху на дуги вешаем двойную пленку, закрыв хорошо торцы и укрепив по бокам балки 2—3 кирпичами.

Землянина. Грядки у нас 90 см×6 м, обложенные с 4-х сторон досками, в которые через каждый метр вбиты гвоздики почти по самую шляпку. Вокруг грядки по доскам постоянно натянута веревка, закрепленная на вбитые гвоздики. При объявлении заморозков мы выносим своеобразное покрывало, сшитое из старых халатов, сарафанов, легкого хлопчатобумажного старья размером 6,5 × 1,0 м. Кладем его на цветущую клубнику и прикрепляем с 4-х сторон равномерно к веревке зажимками для белья. Вся работа занимает 5—10 мин. Легкое покрывало, даже когда оно намокает от росы, не ломает цветы и листья клубники.

Черная смородина. Слегка затягиваем куст веревкой из старых капроновых чулок, к которой прикрепляем зажимками для белья положенное наверх укрытие из ткани.

Если что-то не очень понятно, а Вас что-нибудь заинтересует мой телефон 367-41-37.

М. ЛЫКОВА.

ПРИМЕЧАНИЕ: Необходимо помнить, что снимать утепление через день или два нужно только в следующем порядке: сначала снять пленку или открыть один бок для того, чтобы горячий воздух, находящийся между газетой и пленкой вышел, а затем снять газету. В противном случае растения сгорят. Научилась на собственном опыте, когда снизу из-под пленки вытащила газету, а потом сняла пленку. Веселые, зеленые кусты огурчиков вдруг полегли.

За кулисами теплее

Защитить от весенних и осенних заморозков такую теплолюбивую культуру как огурцы можно при помощи защитных кулис. Для защитных кулис могут быть использованы озимая рожь, кукуруза, бобы и даже [illegible]

ряд бобов. Результат еще лучше был, когда использовала двойные кулисы: 2 рядка огурцов, 1 рядок бобов и 1 рядок кукурузы.

Бобы сеяла рано как только позволяет почва, это холодостойкая культура А кукурузу высевала одновременно с огурцами, когда почва прогрелась до +10°С.

Кроме кулис повышение холодостойкости всходов огурцов дает закаливание набухших семян. Делаю так, набухшие семена огурцов помещаю на 2 суток под морозильную камеру в холодильник. Растения из таких закаленных семян переносили кратковременные заморозки. Неплохой результат в защите огурцов от холодов дают теплые грядки. Осенью снимаю всю плодородную землю и укладываю картофельную ботву, кочерыги капусты и другие растения. Все закрываю сеном (летом накосили) и добавляю, если есть, навоз. Закрываю плодородной землей. Весной такая грядка дает тепла до 50°С.

Г. СЕРДЮК.

г. Вологда.

Тоже вариант

Это если есть паяльная лампа, разжечь и поставить в парнике на 4 часа в середине дорожки, по которой ходите. Следует наблюдать за температурой воздуха в парнике, хотя попадание холодного воздуха в парник растениям не опасно.

С. АБРАМОЧКИН

Московская область,
Чеховский район,
п/о Троицкое-Антропово.

• • •

Разбросать на влажную почву гранулированные удобрения (азотные) при наводнении удобрений происходит интенсивное испарение нитратной формы азота, что приводит к «большой» теплоотдаче почвы и удобрений при резкции.

ЯБЛОКОВ

г. Саранск.

• • •

Внутрь под пленку ставлю две керосиновые лампы для освещения и настраиваю на малый огонь Заправки керосина хватает примерно на 1,5 суток. При посадке рассады оставляю для лампы место. Действует метод отлично.

бы для сгиба. Трубы укладывались под наклоном, чтобы вода могла свободно проходить по ним и вытекать из другого конца С одного торца грядки делалась площадка ниже уровня земли, чтобы легче было собирать воду, вытекающую из трубы. Один конец трубы, который выше другого относительно уровня земли, заделан деревянной пробкой, в которую вставлена воронка, через которую заливалась теплая (даже горячая вода, когда ожидались заморозки или резкое похолодание). Другой конец трубы закрывался деревянной пробкой. Когда вода в трубе остывала (обычно на следующее утро, после вечернего залива), воду спускали в ведро Горячая вода согревала, трубы, а трубы отдавали тепло окружающей земле. Рассада высевалась в 3 строчки в шахматном порядке 0,25×0,25×0,25 м. Над всей грядкой делалась сетка из тонких металлических прутьев, вставленных в отверстия, просверленные в стенках каркаса По всей длине для жесткости эти прутья скреплялись шнуром Эта сетка в высшей своей точке не превышала 0,25 м. над уровнем поверхности грядки и служила опорой для огуречных плетей. Сверху грядка покрывалась пленкой. Для ее крепления по торцам грядки и в середине были вбиты 3 колышка, на концы которых были желобки для трубки.

соб добиться успехов в своих стараниях по выращиванию высоких урожаев огородных культур.

Л. ФАДЕЕВА.

г. Москва.

«Ларчик» просто открывается?

Ничего мудреного у нас нет, но, может быть, что-то пригодится.

Парники у нас переносные, тоненькие на дугах. Весной мы накрываем их пленкой шириной 1 м 20 см на огурцы, 1 м 40 см на помидоры, не разрезая, чулком, вдвое вставив по длине справа и слева палки, купленные для вил или лопат, по две с каждой стороны, грядка 4,5 м.

Под тяжестью этих палок пленка спокойно лежит на земле, но для подстраховки на случай урагана по длине грядки кладем на них два-три кирпича. Торцы закрываем.

УТЕПЛЕНИЕ ОТ ЗАМОРОЗКОВ

Огурцы. Раскладываем прямо на грядку с всходами до 2—3-х настоящих листочков на развернутую газету форме: сначала снять пленку или открыть один бок для того, чтобы горячий воздух, находящийся между газетой и пленкой вышел, а затем снять газету. В противном случае растения сгорят. Научилась на собственном опыте, когда снизу из-под пленки вытащила газету, а потом сняла пленку. Веселые, зеленые кусты огурчиков вдруг полегли.

За кулисами теплее

Защитить от весенних и осенних заморозков такую теплолюбивую культуру как огурцы можно при помощи защитных кулис. Для защитных кулис могут быть использованы озимая рожь, кукуруза, бобы и даже картофель, свекла, морковь. Установлено, что кулисы повышают среднесуточную температуру воздуха среди растений в безветренные дни на 2°С, а в ветренные на 4 — 6°С, по сравнению с открытым грунтом. Сбор плодов, выращенных среди кулис, начинается на 4—9 дней раньше, а длительность плодоношения увеличивается на 10—20 дней, так как сбор плодов продолжается даже после первых заморозков.

На своем дачном участке практиковала выращивание ранних огурцов на гребнях среди кулис из бобов, высеянных через каждые 2 рядка огурцов 1

Разбросать на влажную почву гранулированные удобрения (азотные) при наводнении удобрений происходит интенсивное испарение нитратной формы азота, что приводит к «большой» теплоотдаче почвы и удобрений при резкции.

ЯБЛОКОВ

г. Саранск.

• • •

Внутрь под пленку ставлю две керосиновые лампы для освещения и настраиваю на малый огонь Заправки керосина хватает примерно на 1,5 суток. При посадке рассады оставляю для лампы место. Действует метод отлично.

Е. МЯКУШКИН

г. Челябинск.

ка способом «за кору» (рис. 1). На тонкие ветки диаметром 6—10 мм прививают черенки способом «в приклад» или «улучшенной копулировкой» (рис. 2).

Длина черенка должна быть в пределах 80—120 мм с 3—6-ю ростовыми почками. Я начал перепрививать малоценные сорта на новые зимние сорта яблони интенсивного типа. Успешно прошла перепрививка способом в боковой срез (рис. 3), когда на Антоновке № 1 привил сорта Богатырь, Лобо, Победа Черненко, на Штрифеле № 2 сорта Богатырь и ранне-зимний сорт Фулвелл, который приносит крупные плоды весом 200—250 г. чистые, сочные, с лежкостью до марта месяца.

Способом «за кору седлом», (рис. 4) молодая шестилетняя Антоновка № 3 была перепривита на сорт Суворовец, а Антоновка № 4 на сорт Оранжевое — это крупные, чистые яблоки с лежкостью до марта прекрасного кисло-сладкого вкуса.

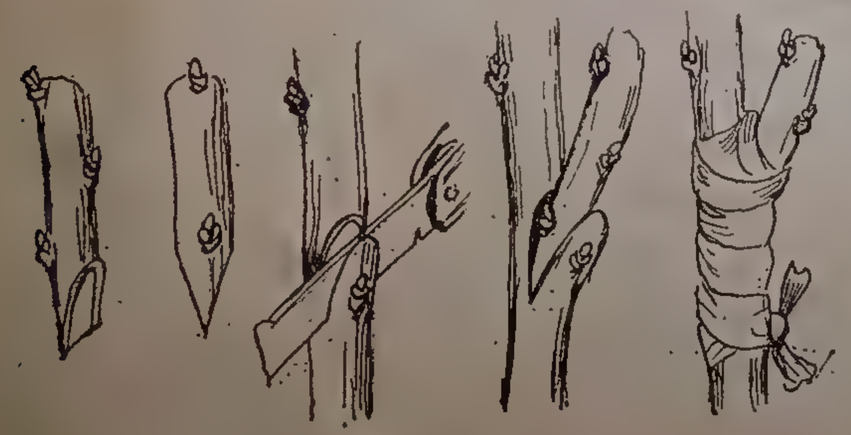


Рис. 3 Перепрививка способом «в боковой зарез»

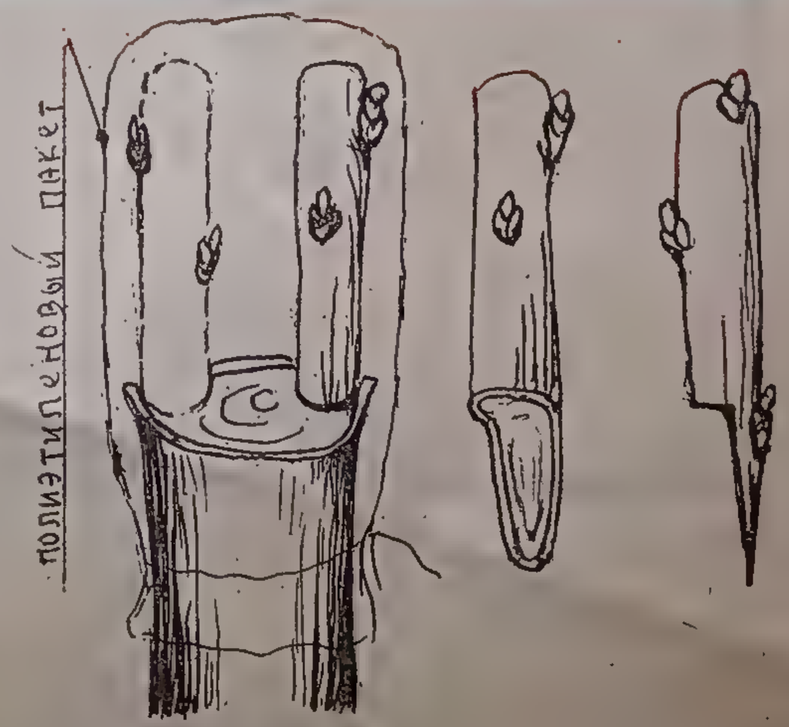


Рис. 4. Перепрививка способом «за кору седлом».

Г. ЗАЦАРИННЫЙ,
садовод-любитель

г. Тула

Прислушайтесь к совету

Лучше не с базара

Если Вы задумали купить козу, лучше всего приобрести ее у знакомых, друзей, или заведомо честных людей. Все дело в том, что на базаре могут продавать животное, полученное от родственного спаривания, а такие особи болезненны, хилы и редко бывают продуктивными.

Покупая молодняк, если есть возможность, понюхайте: нет неприятного запаха. Замечено: запах передается по наследству. Если нет — молоко понравится.

Козочку надо брать в возрасте не менее двух недель, попросив хозяев, чтобы они 4—5 раз в сутки обязательно кормили ее материнским молоком. Это тот период, когда козочка должна окрепнуть, набраться сил, впитать в себя все дарованное ей природой. И только после двухнедельного возраста можно постепенно приучать малышей к коровьему молоку с добавлением толокна.

Н. ЕЛОНСКАЯ

с. Дубравна, Брянской области

Главное — вымя

Конечно же, на что мы в первую очередь обращаем внимание, приобретая животное, это на внешний вид, на

Я ДОМОЙ ПРИШЛА, МОЛОЧКА ПРИНЕСЛА...

Социологами, а они могут объяснить если не все, то многое, замечено, что в экономически нестабильное, трудное время в индивидуальном

Находясь шесть лет тому назад в деловой поездке в бывшей ГДР, мы в одном из хозяйств обратили внимание на белых, красивых животных. Коз обязательно нужно пасти, они любят гулять, много бегать. К слову, это только положительно влияет на молочность. В рацион входят

центах приносят двойни, не редкость и трое козлят. Они скороспелы. И если при рождении козочки весят примерно три с половиной, а козлики на килограмм больше, то через два месяца, это ко времени когда отымают от материнского кормления, козочки — десять, а козлики двенадцать килограммов. Взрослые козы имеют вес до тридцати пяти, а козлы до 40 кг. О молочности я уже сказала, она выше всяких похвал. Скажу только, что у нас в стаде есть рекордистки, дающие до 2000 литров молока. Это одна из первых коз, родившихся уже в хозяйстве Мизель. Несмотря на такое количество продукции, жирность его составляет в среднем около шести процентов. Мы продолжаем вести селекцию, отбираем самых лучших козочек, чтобы ветвь высокоудойных животных продолжала развиваться.

— Очень важен фактор кормления, особенно сегодня, когда корма дороги, с ними трудно. Как в Вашем хозяйстве с этим вопросом?

— Одна из черт зааненских коз и коз вообще — их неприхотливость в пище. Они любят траву, охотно поедают свежие ветки деревьев и кустарников. Летом пищу добывают сами на свободном выпасе.

увозили в Подмосковье, на Брянщину и отовсюду идут сообщения (мы об этом просили), что животные хорошо прижились, их популяции увеличиваются и дают здоровое потомство.

Козы созревают рано, уже через шесть месяцев и до года могут принести приплод. Однако до полутора лет в случку пускать их не рекомендуется. Окрепшие взрослые козы приносят более здоровое потомство.

Если козовод хочет иметь молоко зимой, то коз пускают в случку весной. Если требуется получить приплод на племя, то пускать в случку лучше осенью, с тем расчетом, чтобы козление пришлось на весну, когда воспитывать и растить молодняк легче. Сукозность (беременность) продолжается в среднем 147 дней с колебаниями в пять-десять дней в ту или иную сторону. Владельцы должны помнить, что если сукозность приходится на осень, за животными следует ухаживать особенно заботливо, не выпуская на пастбище, пока не обсохнет холодная роса, зимой следить за теплотой и проветриваемостью помещения. Зимняя пастьба и прогулки укрепляют организм. Помещение должно быть проветриваемым, просторным. К примеру, взрослой козе площадь пола нужна не менее двух с половиной метров, козленку — полтора.

Не забывайте заготовить с лета для коз веники из березы, осины, ольхи, ивы, шелковицы.

— Ну, а о характере коз, что Вы можете сказать? Ведь их называют то коза-дереза, то другими не очень-то ласковыми словами, порой даже презрительно.

— Только невежественные люди могут обидеть козу. Это животное очень умное, эмоциональное, привязанное к человеку. Наверное более чем собака, чтит коза хозяина

Н. ЕЛОНСКАЯ
с. Дубравна,
Брянской области

Главное — вымя

Конечно же, на что мы в первую очередь обращаем внимание, приобретая животное, это на внешний вид, на конституцию. Все части тела должны быть хорошо развиты, голова легкая, глаза живые, уши тонкие, просвечивающиеся, шея тонкая, грудь глубокая и широкая с выпуклыми длинными ребрами.

Все это важно. И все же, главное, на что следует обращать внимание, что имеет принципиальное значение — это вымя. Оно у хорошей молочной козы объемистое, грушевидной или шарообразной формы. Вымя с тонкой эластичной кожей, на ощупь упругое, без затвердений, на котором хорошо просматриваются венозные сосуды, не обросшие грубым волосом — характеризует высокие качества животного.

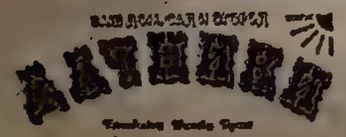
После дойки такое вымя спадает, а кожа делается морщинистой. Не спадающее вымя после дойки считается жировым. Недостатком является и отвислое вымя, а так же разделенное бороздкой на две половинки.

Выбирая животное, нужно обращать внимание на состояние зубов.

И еще один житейский совет, все же лучше покупать двух молоденьких коз, или же козу с козлятами, так как они в одиночестве плохо привыкают к новым условиям, хозяевам и, заскучав, могут даже заболеть.

Покупая, следует выяснять вкусы и поведение животного.

Н. СТРЕЛЬЦОВА
Курская область



Я ДОМОЙ ПРИШЛА, МОЛОЧКА ПРИНЕСЛА...

Социологами, а они могут объяснить если не все, то многое, замечено, что в экономически нестабильное, трудное время в индивидуальном сельском хозяйстве начинают преобладать мелкие животные: козы, овцы. Появились в селе козы перед войной, их тут же окрестили сталинскими коровами. Ну а уж в войну и после эти неприхотливые и непоседливые животные спасли жизнь не одному ребенку, сберегли их здоровье.

Во времена Хрущева, когда стали сокращать число личных коров, на подворье вновь пришла коза-дереза. Такая тенденция и сегодня. Коза все чаще и чаще встречается на подворье горожанина-дачника. У меня трое внуков. Сама на пенсии. Большую часть времени провожу на своем участке за городом. Молочко дорого обходится. Решила приобрести козу. Слыхала о такой породе, как зааненские козы. Если можно, расскажите о них поподробнее.

Л. ЛУКОЖИЛОВА
г. Тула

— Лариса Васильевна, откуда у коз появилось такое экзотическое и звучное название и как они попали к Вам?

В Швейцарии в районе Бернских Альп есть прекрасная горная долина Зааненская. Это родина этих коз.

Находясь шесть лет тому назад в деловой поездке в бывшей ГДР, мы в одном из хозяйств обратили внимание на белых, красивых животных, выведенных в результате скрещивания известных пород с одомашненными зааненскими. Распросили о них хозяев и узнав ценность породы, решили приобрести. Дело в том, что район наш курортный, много санаториев, притом есть противотуберкулезные. Козье молоко весьма способствует избавлению от этого заболевания. Вот и закупили трех — козла и двух козочек. Я с первых дней стала за ними ухаживать, лелеять их, изучать. Наш климат и уход им понравились и популяция животных значительно увеличилась. Молоко мы стали продавать в санатории и вскоре начали получать доход от их содержания.

— Если можно, поведайте нашим читателям более подробно о конституции коз, их биологических и физических данных.

— Пожалуйста. По сравнению с козами привычными для нас, вернее обычными европейскими, да и швейцарскими тоже, эти более крупные, костистые и сложены весьма и весьма гармонично. Еще одна отличительная черта — плодовитость. Матки примерно в семидесяти процентах сами на свободном выпасе. Коз обязательно нужно пасти, они любят гулять, много бегать. К слову, это только положительно влияет на молочность. В рацион входят корнеплоды. Рацион рассчитывается в зависимости от молочности животных, примерно так, 2—2,5 кг сена в сутки, с добавлением ячменя или овса. Это для коз, дающих по четыре-пять литров молока.

В набор кормов входит зимой сено до 1,5 кг, кормовая морковь — 2 кг, овес 0,5 кг, 0,5 кг концентратов.

А если говорить в целом, то хозяйки, зная основы, исходят из собственного опыта. И обычно не ошибаются. Тут сказывается и любовь к животным, и интуиция...

— Это все Вы рассказали о коллективном хозяйстве, о ферме. Но, Лариса Васильевна, наших читателей интересует индивидуальный подход к зааненским козам. Читатели спрашивают, могут ли козы жить в средней полосе России и даже севернее.

— Могут. Наши питомцы хороши тем, что они успешно скрещиваются с животными, уже акклиматизированными в данном регионе, и улучшают породу, увеличивают молочность и качество продукции. Но и в чистом виде вполне нормально живут в Средней полосе России, Тульской области, Смоленской. У нас покупали маленьких козлят и не менее метров, козлешку — полтора.

Не забывайте заготовить с лета для коз веники из березы, осины, ольхи, ивы, шелковицы.

— Ну, а о характере коз, что Вы можете сказать? Ведь их называют то коза-дереза, то другими не очень-то ласковыми словами, порой даже презрительно.

— Только невежественные люди могут обидеть козу. Это животное очень умное, эмоциональное, привязанное к человеку. Наверное более чем собака, чтит коза хозяина, хозяйку. Она не пойдет одна на прогулку без хозяйки. Если останется одна,— затоскует, не будет есть. Очень чистоплотна и не станет даже голодная брать пищу из грязной посуды. Я видела, как отказалась коза пить пойло из посуды, которой только что пользовалось другое животное. Поэтому у индивидуального хозяина все должно быть четко продумано. Не следует держать коз на привязи, они любят свободу и простор. Но уж если приходится, то надо давать как можно больше простору. Хорошо у дома или на лугу где выпасаются эти верткие животные, соорудить что-то вроде забора, чтобы они могли прыгать, резвиться. Любят ласку. Вот что написал о козе наш известный журналист, — писатель-натуралист Василий Песков: «Умна, подвижна, капризна, задириста и всегда сама по себе. Привязчива к человеку, но может неожиданно дать рогами под зад. Одним словом коза-дереза».

Вел интервью
Ф. НИКИТЕНКОВ,
наш корр.

Породу можно загубить

Держать коз на садовом участке, конечно, невероятно трудно. Но мы сделали теплый просторный козлятник, в нем и оставляем подсосный молодняк с козой-матерью.

Первый месяц они постоянно вместе. Потом малышей перевожу в стойло к козлу и подпускаю к матери только три раза в день на время кормления.

Если козлят выращивать не подсосным способом, они вырастут хилыми и зааненскую породу легко загубить. Физическое развитие в дальнейшем уже не восстановить.

Козлятам очень хорошо с родителями. Сарай сухой, чистый. Пол засыпаем песком, устилаем сухим папоротником — это прекрасный подстилочный материал. Меняем подстилку каждую неделю.

В. СУХОТИНА
Смоленская обл.

Хорошо когда кормит мама

Козы в моем домашнем стаде чистопородные, зааненские. Они белые, красивые, удойные. Есть еще одна удивительная черта — они спокойные и дружелюбные. Даже комолый (безрогий) козел имеет ровный характер, спокоен, но в это же время полон козлиного достоинства и ведет себя как полноправный хозяин стада. А уж о козочках и говорить не приходится.

Все эти качества я отношу и за счет того, что в раннем возрасте они живут со своей мамой, кормятся только материнским молоком. Доброта и здоровье передаются с материнским молоком.

Многие новички боятся, что трудно потом отучить от вымени матери, но практика показывает обратное.

г. Николаев Ф. СТЕЦКО

Простейшие сооружения защищенного грунта

● Окончание. Начало на 3-й стр.

Разогрев топлива, набивка парника, общие приемы эксплуатации

Навоз для парников лучше заготавливать осенью, когда температура воздуха несколько снизится. По мере поступления его укладывают в штабель вблизи парника и уплотняют, чтобы не разогрелся преждевременно. Для предохранения от промерзания штабель укрывают торфом, почвой, листьями, опилками.

Разогревают навоз перебивкой, натрясая его вилами в рыхлые кучи высотой до 2 м. В ранние сроки перебивку начинают за две недели до закладки навоза в парник, в более поздние — за шесть — восемь дней. Можно разогревать навоз и искусственно, добавляя к влажному навозу сухой, а сухой увлажняя горячей водой.

Для быстрого разогревания в середину кучи можно положить раскаленные камни или негашеную известь. С этой же целью в середине кучи навоза можно разжечь костер, уложив над ним согнутый лист железа. Когда появятся угли, на лист набрасывают навоз, оставляя место для тяги. Для равномерного разогрева перебивку повторяют через два — три дня. Навоз готов к набивке, когда его температура достигает 60°С. В это время навоз начинает парить, появляется запах аммиака.

Парник набивают после очистки от снега и льда. На дно насыпают слой опилок или навоз, взятый с краев кучи. Затем равномерно укладывают, рыхло растрясая, и более горячий. В середине парника его слегка прихлопывают для уплотнения вилами, с краев — сильнее. Набитый доверху парник закрывают рамами, матами и два-три дня выжидают, пока навоз осядет. При сильной осадке его добавляют, но не выше нижней стороны парубней. Перед насыпкой почвы навоз разравнивают, но больше не уплотняют и посыпают известью-пушонкой (0,5 кг на раму), чтобы предотвратить развитие болезнетворных грибов. Биотопливом другого вида парник набивают так же, как и навозом.

В качестве грунта в парниках используют торфокомпосты, компосты с дерновой, перегнойной почвой и др. Состав грунта и его толщина зависят от культуры, которую собираются выращивать. В среднем на одну раму требуется 0,17—0,2 м³ грунта. При выращивании горшечной рассады насыпают слой грунта толщиной 6—7 см, для безгоршечной рассады посевом семян или для культуры зеленных (редиса, лука, укропа) 10—15; при культуре огурца, помидора 20—24 см.

Для утепления парника ночью и в холодную погоду днем необходимо иметь из расчета на одну раму два-три парниковых мата из соломы, куги, тростника или сшитые из мешковины. В крайнем случае можно использовать запасные остекленные рамы и опилки.

Тоннели и другие простейшие сооружения защитного грунта

Самое дешевое и доступное для овощевода-любителя сооружение с пленочным укрытием — тоннель. Для устройства тоннелей используют дужки из проволоки диаметром 5—8 мм, а также прутьев орешника, ивы, вербы, лещины, тополя. Длина дужки зависит от ширины гряды, обычно не превышающей 1 м.

Концы проволоки заглубляют в почву на 25—40 см, прутьев — на 12—15. Расстояние между соседними дужками — 1,5 м. Высота образуемого дужками свода должна быть не менее 30 см. На дужки настилают синтетическую пленку, которую с торцов привязывают к деревянному колышку и присыпают почвой, с боков ее тоже присыпают почвой, а сверху крепят, охватывая такими же дужками. Охватывающие дужки втыкают посередине прогона между двумя основными, расположенными под пленкой. Хорошо для укрепления пленки по краям вдоль тоннеля плотно уложить доски и присыпать их грунтом.

Как правило, сначала засевают гряду, а потом устанавливают тоннели. Весной их устанавливают также на многолетних и подзимних посевах для ускорения поступления урожая. При выращивании теплолюбивых овощей из рассады тоннели сначала укрывают пленкой. Через один-два солнечных дня почва на глубине 10—12 см прогреется до 8—10°С, и тогда же, а лучше еще через день высаживать рассаду огурцов, кабачков и других культур. Для проветривания с боков тоннелей пленку приподнимают.

Если гряда небольшая, можно применять следующее укрытие. Берут синтетическую пленку шириной 150 см и длиннее гряды на 1,5—2 м. Через каждый метр по длине приваривают к пленке утюгом пустотелые поперечные рукава, в которые свободно должна проходить проволока толщиной 5—8 мм. Проволоку лучше взять алюминиевую и нарезать кусками на 40—60 см длиннее ширины пленки. Куски проволоки вставляют в рукава, изгибают дугой и втыкают в почву вдоль гряды. Чтобы дужки крепко держались, около их концов в почву забивают колышки, к ним привязывают проволоку. Пленку, свисающую по торцам укрытия, присыпают почвой и привязывают к колышку.

Несложно сделать и маленькие парники или каркасы (УРП). Как только сойдет снег и оттает почва, копают неглубокий котлован. Вокруг него устанавливают толстые доски, укрепляют их колышками. Снаружи к парнику присыпают грунт. На дно котлована закладывают собранные листья, мусор, бумагу, предварительно перемешивая их вилами, чтобы это биотопливо больше давало тепла. (Можно из года в год во все котлованы, врытые под простейшие сооружения защищенного грунта, осенью укладывать рыхлый слой измельченных веточек, листья, органический мусор. Через два-три года все это превращается в перегной). Сверху насыпают почву слоем 15—20 см. Дуги из орешника, ивы, вербы, прикрепляют к доскам, из которых сделан парник, и покрывают пленкой. Снаружи пленку прижимают досками, комками грунта или кирпичами.

Опытным овощеводам-любителям известны и другие простейшие сооружения защищенного и утепленного грунта: паровые гряды, паровые теплые гребни или валки, деревянные желоба, теплые ямы или кучи (для дыни, арбуза). Важно найти такой способ укрытия, который обеспечивал бы растениям данной культуры оптимальные режимы температуры, влажности воздуха и почвы.

Я. ПАНТИЕЛЕВ,
доктор сельскохозяйственных наук,
профессор.

ся запах аммиака.

Парник набивают после очистки от снега и льда. На дно насыпают слой опилок или навоз, взятый с краев кучи. Затем равномерно укладывают, рыхло растрясая, и более горячий. В середине парника его слегка прихлопывают для уплотнения вилами, с краев — сильнее. Набитый доверху парник закрывают рамами, матами и два-три дня выжидают, пока навоз осядет. При сильной осадке его добавляют, но не выше нижней стороны парубней. Перед насыпкой почвы на-

диаметром 5—8 мм, в прутьев орешника, ивы, вербы, лещины, тополя. Длина дужки зависит от ширины гряды, обычно не превышающей 1 м.

Кольцы проволоки заглубляют в почву на 25—40 см, прутьев — на 12—15 Расстояние между соседними дужками — 1,5 м. Высота образуемого дужками свода должна быть не менее 30 см. На дужки настилают синтетическую пленку, которую с торцов привязывают к деревянному колышку и присыпают почвой, с боков ее тоже присыпают почвой, а сверху крепят, охватывая такими

Если гряда небольшая, можно применить следующее укрытие. Берут синтетическую пленку шириной 150 см и длиннее гряды на 1,5—2 м. Через каждый метр по длине приваривают к пленке утюгом пустотелые поперечные рукава, в которые свободно должна проходить проволока толщиной 5—8 мм. Проволоку лучше взять алюминиевую и нарезать кусками на 40—60 см длиннее ширины пленки. Куски проволоки вставляют в рукава, изгибают дугой и втыкают в почву вдоль гряды. Чтобы дужки

вестны и другие простейшие сооружения для защищенного и утепленного грунта: паровые гряды, паровые теплые гребни или валки, деревянные желоба, теплые ямы или кучи (для дынь, арбузов). Можно, наконец, и такой способ укрытия, который обеспечивал бы растениям данной культуры оптимальные режимы температуры, влажности воздуха и почвы.

Я. ПАНТИЕЛЕВ,
доктор сельскохозяйственных наук, профессор.

И кошки злобное мяуканье

или Диверсия против себя же

Хорошее не всегда оборачивается нам во благо, а порой дает непредсказуемый побочный эффект. Об этом за последнее время в газету приходит все больше тревожных писем. Отдавая все свои силы освоению маленького клочка земли, лелея эту землю, добиваясь высоких урожаев, работая как муравьи, в то же время иные садоводы губят окружающую среду, ломают, захламляют все вокруг. Горько читать такие письма, но в них боль и тревога за нас самих, за следующие за нами поколения.

Вот что поведала дачница из Подмосковья Любовь Владимировна Урянова в своем возмущенном и горестном письме: «Решили мы с сестрой съездить на выходные дни за город, воздухом свежим подышать, да проведать, как там наша дачка поживает? В пятницу после работы добирались долго до участка. Ожидали то электричку, то автобус, так что были в километре от цели путешествия, когда уже стемнело. Тишина. Состояние природы идеальное, небо далекое, звездное, снег, подсвеченный из космоса, загадочен, огромные белые березы и темные тяжелые ели о чем-то перешептываются. И красиво, завораживающе и страшновато. А вокруг ни души. Идем, разговариваем шепотом почему-то, видно, боимся нарушить тишину эту и покой. И вдруг сестра показывает рукой в сторону от дороги. Гляжу, из сугроба светятся два огонька, как две зажженных папиросы.

— Свят, свят,— шепчет сестра. Тишину, словно взрыв гранаты, разрывает злобное мяуканье кошки. Стало еще страшнее. Нам показалось, что это когда-то ласковое домашнее животное сейчас бросится на нас, вцепится в лицо, исцарапает. Мы закричали громко, чем-то бросили в кошку, но она не побежала, а медленно попятилась, словно готовясь к прыжку, и вновь злобно, именно злобно промяукала, будто вынесла свой вердикт, приговор»...

И далее в письме рассказывается о том, что летом на участках у дачников вместе с ними обитало много животных — собаки, кошки, куры, кролики, козы. Что козы и кролики не были оставлены за городом без присмотра,— понятно. А вот некоторых кошек и собак так и не повезли в городские квартиры, оставив на съедение волкам, на голодную погибель и одичание. И встретившаяся им по дороге — одна из тех, брошенных. «Это же настоящая диверсия против самих себя»,— констатирует автор письма.

Собаки и кошки, одичав, ненавидят своего бывшего благодетеля и есть случаи их нападения на человека. Голодные, они идут на все.

«У нас на дачном участке кролики могли гулять свободно почти весь год. Густая сетка забора не давала им разбегаться,— рассказывает в своем письме Рэм Ахсамалиев из Крыма,— а теперь кролики стали катастрофически быстро исчезать. И все по вине одичавших собак. Они стаями ночью нападают на участки и опустошают. Какие только способы не изобретают, хитрее человека. Пробовали охотиться на них — бесполезно, волка легче добыть. Собаку флажками не обложишь. Стало опасно в ночное время появиться на глухой дороге».

«Получали участок, все в округе было чистым, девственно прекрасным. Практически не было вредных насекомых — пишет Валентина Степановна Воловичева,— но прошел год, два и не узнать округу. Вода в ближайшем ручейке из кристально чистой стала мутной и непригодной для употребления, лес, некогда богатый грибами и ягодами, стал просто свалкой и на глазах хиреет».

Пройдут десятилетия, пока все это природа перемелет, переработает, а полиэтилен, пластик и другие химические материалы останутся, быть может, и на века. Из ручья уже, особенно незнакомого, никто не решится утолить жажду. Вот она, страшная диверсия против самих себя! И злобное мяуканье кошки наглядное тому подтверждение: кошка предупреждает.

Ф. РОМАНОВСКИЙ.

ПОГОДА И УРОЖАЙ

Погодные условия этого года благоприятствуют вегетации и урожаю плодово-ягодных насаждений. Несмотря на прогноз синоптиков и крупных народных примет на суровую снежную зиму,— зима оказалась мягкой, снежной, с циклами индулирующей кривой оттепелей, заморозков и морозов по 3—6 дней. Лишь после ранней, 5 февраля, грозы, во второй половине дня зима стабилизировалась по образцу мягкой и снежной, когда морозы не опускались ниже —12° С, а многоснежье вступило в свои права, и, как обычно, февраль — кривые дороги, разбалился и распространил свои объятия на март. Много снега — много хлеба. Снег на полях — хлеб в закромах.

Впервые снег выпал 13 октября, сопровождаясь морозами до —10° С. Но через неделю он растаял и наступила оттепель, которая продолжалась несколько дней.

Народная примета «каков Покров — такова и зима» как и прогноз синоптиков оправдалась только на 50 процентов. Оттепели преобладали над морозами. Всего таких оттепелей после Покрова дня наблюдалось девять, когда снег полностью таял и снова выпадал. Но после десятой и одиннадцатой оттепели снег не стал полностью таять.

После февральской грозы зима вступила в свои права, мягкая и многоснежная, она распространилась и на март.

Положительное и отрицательное влияние цивилизации на климат, как и вызываемые ею электрические явления атмосферы, оказываются необъясненными еще сов-

КОНКУРС

ПРОДОЛЖАЕТСЯ

конкурс на подписку.

Вы можете ее оправдать получив гонорар за публикацию о своем садово-

ЛУННЫЙ ПОСЕВНОЙ КАЛЕНДАРЬ

цветочных культур, газонных трав, лекарственных растений на апрель, май, июнь 1993 г.

[Время указано зимнее]

ЗАПРЕЩЕННЫЕ ДНИ ДЛЯ ПОСАДКИ, ПЕРЕСАДКИ УКАЗАННЫХ КУЛЬТУР

Апрель 14 (с 11.36), 15, 16, 22
Май 11 (с 19.44), 12, 13, 14 (до 6.51), 21
Июнь 8 (с 11.30), 9, 10 (до 19 (до 12.14)
Май 5, 6, 14—16 (до 19.24)
Июнь 1—3, 10 (с 14.57), 11, 12

Посев трав газонных

Апрель 1, 26 (с 18.45), 27, 28
Май 5, 6, 24, 25

Посев на крепость растений

Апрель —
Май 5
Июнь 1 (с 14.22), 2, 3, 28 (с 20.37), 29, 30

Сбор лекарственных трав и рас-

вается о том, что детом на погибель волкам, на голодную погибель и одичание. И встре-

ные, они идут на все.

«У нас на дачном участке

Ф. РОМАНОВСКИЙ.

КОНКУРС

ПРОДОЛЖАЕТСЯ

конкурс на подписку.

Вы можете ее оправдать получив гонорар за публикацию о своем садово-огородном опыте.

УВАЖАЕМЫЕ ПОДПИСЧИКИ!

В связи с резким удорожанием производства газеты (читайте № 8—9 газеты «Дачники») этот № 10—11 будет последним для подписавшихся на март. Следующий № 12—13 выйдет 31 марта и его получат подписавшиеся на апрель

По вопросам недопоставки предыдущих номеров газеты звонить по тел. 250-18-07. С жалобами обращаться в письменном виде в Мосгорпочтамт. Копию прислать в редакцию газеты.

Свежие номера газеты «ДАЧНИКИ» и «ДАЧНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП»

на распространение (не менее 400 экз.) можно приобрести в редакции по четвергам с 9 до 14 часов.

Проезд от ст. метро «Домодедовская» авт. 364, 367, 355, 356 (3-я остановка с/х Ленина, далее — к бане, вход со стороны ДК).

ЛУННЫЙ ПОСЕВНОЙ КАЛЕНДАРЬ

цветочных культур, газонных трав, лекарственных растений на апрель, май, июнь 1993 г.

(Время указано зимнее)

ЗАПРЕЩЕННЫЕ ДНИ ДЛЯ ПОСАДКИ, ПЕРЕСАДКИ УКАЗАННЫХ КУЛЬТУР

Апрель 14 (с 11.36), 15, 16, 22
Май 11 (с 19.44), 12, 13, 14 (до 6.51), 21
Июнь 8 (с 11,39), 9, 10 (до 14.57), 20.

НАИБОЛЕЕ БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ДЛЯ ПОСАДКИ ЦВЕТОВ

Анютины глазки, астры, георгин, гладиолус, нарцисс, тюльпан, крокус, лилейные, пион.

Апрель 1, 4, 5, 26 (с 18.45), 27, 28
Май 1—5, 24, 25, 28—31.
Июнь 1—3, 21, 24 (с 15,18), 25—30

Ирис

Апрель 1, 4, 5, 26, (с 18.45), 27,28
Май 1—5, 28—31
Июнь 1—3, 26 (с 17.45), 27—30

Гиацинт

Апрель 5, 7—9
Май 5
Июнь 10 (с 14.57), 11, 12

Роза

Апрель 1, 4, 5, 24—28
Май 3—5, 22—25, 30, 31
Июнь 1—3, 21, 26 (с 17.45), 27—30

Хризантема

Апрель —
Май —
Июнь 18, 19

НАИБОЛЕЕ БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ДЛЯ ПОСЕВА, ПОКОСА ГАЗОННЫХ ТРАВ

Подготовка места для газона с уничтожением сорняков

Апрель 14 (с 11.36), 15, 16
Май 12, 13
Июнь 8, 9, 10, 18, 19

Внесение удобрений под посев трав

Апрель 7 (с 19.32), 8, 9, 17, 18, 19 (до 12.14)
Май 5, 6, 14—16 (до 19.24)
Июнь 1—3, 10 (с 14.57), 11, 12

Посев трав газонных

Апрель 1, 26 (с 18.45), 27, 28
Май 5, 6, 24, 25
Июнь 1 (с 14.22), 2, 3, 21, 28 (с 20.37), 29, 30

Полив

Апрель 1, 5 (с 19.54), 6, 9, 17—19 (до 12.14), 26 (с 18.45), 27, 28
Май 3—6, 14—16, 24, 25, 30, 31
Июнь 1—3, 10—12, 21, 26 (с 17.45), 27—30

Покос для усиления роста трав

Апрель 1, 26, (с 18.45), 27, 28
Май 5, 6, 24, 25
Июнь 1—3, 21, 28 (с 20.37), 29, 30

Покос для замедления роста трав

Апрель 14 (с 11.36), 15, 16
Май 12, 13
Июнь 8 (с 11,39), 9, 10 (до 14.57), 18, 19

НАИБОЛЕЕ БЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ ДЛЯ ПОСЕВА, ПОСАДКИ И СБОРА ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ

Посев на цветы

Апрель —
Май 3, 4, 30, 31
Июнь 1 (до 14.22), 26 (с 17.45), 27, 28

Посев на семена

Апрель —
Май 9, 11
Июнь 6, 7

Посев на изобилие урожая

Апрель 26 (с 18.45), 27, 28
Май 1, 2, 24, 25, 28—30 (до 12.18)
Июнь 21, 24 (с 15.18), 25, 26 (до 17.45)

Посев на крепость растений

Апрель —
Май 5
Июнь 1 (с 14.22), 2, 3, 28 (с 20.37), 29, 30

Сбор лекарственных трав и растений: цветки, листья, семена

Травы, собранные в указанные дни содержат больше всего эфирных веществ.

Апрель 1 (с 18.21), 2, 3, 24 (с 10.27), 25, 26, 30
Май 22, 23, 26, 27
Июнь 22 (с 12,26), 23, 24 (до 15.18)

Кору, заготавливают в апреле-мае, во время интенсивного сокодвижения,

— листья (без черешков), травы, в период бутонизации и цветения,

— цветки и соцветия в фазе начального цветения с цветоножкой до 3 см,

— плоды и семена при полном созревании, но неперезревшей.

Пересадка лекарственных трав и растений

Апрель 26 (с 18.45), 27, 28
Май 5, 24, 25
Июнь 1 (с 14,22), 2, 3, 21, 28 (с 20.37), 29, 30

Посев, посадка, пересадка только валерианы

Апрель 4, 5, 24 (с 10.27), 25, 26
Май 1—3 (до 5.20), 22, 23, 28—30 (до 12.18)
Июнь 24 (с 15.18), 25, 26 (до 17.45)

Сбор корней и корневищ лекарственных растений

Апрель 10, 11, 14—16
Май 7—9 (до 11.51), 12, 13
Июнь 8 (с 11.39), 9, 10, (до 14.57), 18.

И. ЗЕЗЕТКИН

тов. Оттепели преобладали над морозами. Всего таких оттепелей после Покрова дня наблюдалось девять, когда снег полностью таял и снова выпадал. Но после десятой и одиннадцатой оттепели снег не стал полностью таять.

После февральской грозы зима вступила в свои права, мягкая и многоснежная, она распространилась и на март.

Положительное и отрицательное влияние цивилизации на климат, как и вызываемые ею электрические явления атмосферы, оказываются необъясненными еще современной гидрометеорологией, также как и крупные народные приметы. Они, как и таблица Дьякова, нуждаются в определенных поправках на влияние цивилизации на климат Земли. В настоящее время климат и погодные условия сложились весьма благоприятно для урожая плодово-ягодных на 1993 год. Все же, когда стволовая и корневая системы насаждений находятся в состоянии покоя или отдыха, важно продлить это состояние как можно дольше, что и достигается естественным снегозадержанием. Нужно не забывать о защите урожая от грызунов и заморозков во второй половине марта и начале апреля.

Бюро прогнозов, как правило, дает точное время их наступления. Нужно только во всеоружии их встретить. Для этих целей можно применять дымовые шашки. Это дает хорошую надежную защиту от заморозков. Неплохо применять дождевание, а также кучи хвороста или торфяную крошку, которые медленно дымят, будучи расположенные в шахматном порядке.

Так что милости природы надо радостно встречать, а урон от ее коварства и немилости во всеоружии знать! упреждать.

Е. МАШЕНЦЕВ, доктор биологических наук.

ДАЧНИКИ

ВАШ ДОМ, САД И ОГОРОД

ЕЖЕНЕДЕЛЬНИК издается с участием Центра научно производственного содействия микиземледелию при коллективном плодопитомнике им. Ленина.

РЕДАКЦИОННЫЙ СОВЕТ:
О. Н. АФАНАСЬЕВ, президент МА «Садовод и закон», В. Ф. БАШМАЧНИКОВ, президент АКНОРа А. Г. БУТОВ, председатель правления «Роспчеловодсоюза», В. С. ЗАКОТИН, к. с/х наук, А. М. МЕДВЕДЕВ, д. с/х наук; В. Д. МУХИН, д. с/х наук, профессор П. З. РЯБЦЕВ директор коллективного плодопитомника им. Ленина, Московской области, А. М. УЛЬЯНОВ, директор издательства «Колос», Б. В. ЧИРКОВ, зам. председателя Московского ДО садоводов, В. Г. ШАЙКИН, к. с/х наук, Е. И. ЯРОСЛАВЦЕВ, главный научный редактор; к. с/х наук, зам. директора НИЗИСПа

АДРЕС РЕДАКЦИИ: 142715, Московская обл. Ленинский р-н совхоз Ленина, редакция газеты «ДАЧНИКИ». Тел. 548-66-51.

РУКОПИСИ НЕ РЕЦЕНЗИРУЮТСЯ И НЕ ВОЗВРАЩАЮТСЯ.

Учредитель — главный редактор С. А. ЧУДАКОВ.

Газета зарегистрирована в Госкомпечати СССР 5.12.90 г. Рег. № 1062.

Тираж 247000 экз. Подписано к печати 16.03.93 г. тип. № 10850.

Типография издательства «Пресса». 125865 ГСП, А 137, ул. «Правды», 24.

№12(42) декабрь 2000 г.

Баня парит — здоровье дарит

Русская баня

Сауна

Ежемесячная научно-популярная благотворительная газета

ОЧЕРКИ О БАНЕ

Продолжение. Начало в №11.

А ЕСЛИ С НАУЧНЫХ ПОЗИЦИЙ? УЛЫБКА И СМЕХ, КАК УТВЕРЖДАЮТ ФИЗИОЛОГИ, ОСВОБОЖДАЮТ МОЗГ, БЛАГОДАРЯ МЫШЕЧНЫМ СОКРАЩЕНИЯМ, ОТ ПРОДУКТОВ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ.

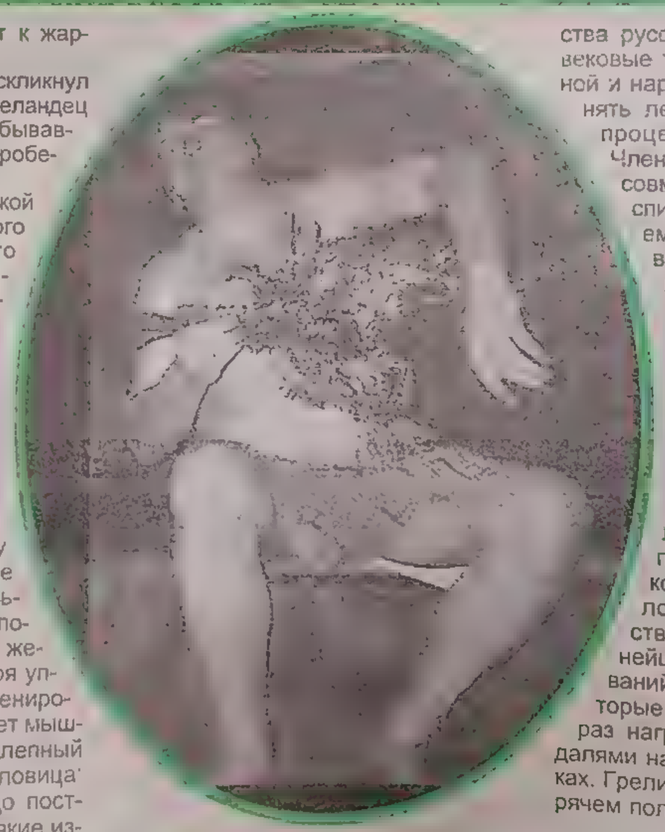
Мозг как бы очищается. Не случайно у психофизиологов специальный термин «нехватка смеха». Это значит, недостает бодрящих, освежающих эмоций, что приводит к плохому настроению, а затем нередко и к недомоганиям. «Отец истории» Геродот рассказывает, что фракийцы, изгоняя болезни, применяли ритуальный смех. Еще в глубокой древности медики считали (а современные исследования подтвердили), что сердце поражается страхом, печень - гневом, желудок - апатией. Из-за затянувшегося дурного настроения может даже увеличиться количество сахара в крови. Кровь становится вязкой. Риск образования тромба!

Физиологи приходят к выводу: зачастую причина заболевания не [illegible], а плохое настроение, из-за которого резко снижается тонус человека. Гораздо чаще простуживаются те, у кого какой-то неустойчивость, [illegible] к [illegible]. Как быстрее других привыкают к жаркой атмосфере.

- О, это прекрасно! - воскликнул олимпийский чемпион новозеландец Питер Снелл, впервые побывавший в сауне.- Как будто пробежал у моря целую милю.

Кто не любовался «Русской Венерой» Кустодиева - этого живописца пленительного русского быта. Статная красавица в золотом руне распущенных волос веселым зимним днем парится с березовым веником в бревенчатой баньке. Счастье здоровья и красоты!

Преждевременные морщинки... Как они удручают представительниц прекрасного пола. А между тем такие морщинки чаще всего «набегают» из-за весьма прозаической причины - понижения функции сальных желез. И как следствие - потеря упругости кожи. Кожу надо тренировать! Как спортсмен тренирует мышцы. Горячая баня - великолепный тренажер кожи. Старая пословица «Чтобы быть красивой, надо пострадать». Имеются в виду всякие изнуряющие, малоприятные косметические манипуляции. А баня - это удовольствие. Радость! А по своему



ных спортсменов. Как принято говорить, звезд нашего спорта. Таких, как, скажем, Валерий Борзов, Вла-

ства русской бани. Возрождать ее вековые традиции на основе научной и народной медицины. Разъяснять лечебные свойства банной процедуры среди населения. Членство в «Щедром жаре» несовместимо с употреблением спиртных напитков и курением...» У этого клуба уже есть в Пущине филиалы. Например, в Институте белка, где с благословения его руководителя академика Александра Сергеевича Спирина оборудовали великолепную баню с бассейном.

Уже шла речь о том, какие благости приносит русская баня людям различных специальностей. В пущинском клубе я познакомился с Анатолием Хохловым. Лауреат Государственной премии. Уникальнейшие приборы для исследований на клеточном уровне, которые конструирует Хохлов, не раз награждались золотыми медалями на международных выставках. Грелись мы с Анатолием на горячем полке великолепной пущинской бани (кстати, она творение рук самих ученых) и вдруг неожиданные слова: «Бывал-

характера. Поэт и инженер-строитель, врач и сантехник, физиолог и металлург, бухгалтер и офицер. В единую дружину нас объединил человек широкой души, добрейшего сердца и огромнейшего жизненного опыта Георгий Нефедович Захаров. Герой Советского Союза, генерал-майор авиации. Сражался с фашистами в небе Испании. В годы Великой Отечественной войны командовал авиадивизией, в состав которой входил французский полк «Нормандия-Неман».

Хоть старая поговорка и гласит: «В бане генералов нет», но мудрый, приветливый и досконально сведущий во всех «секретах» русской бани Нефедыч стал для нас непререкаемым авторитетом. Как бы неофициальным председателем нашего своего рода клуба. А нашим «главным теоретиком» мы единодушно признали научного сотрудника химического института инженера-изобретателя Марата Саттарова. И не ошиблись, не раз вспоминая слова Лайнуса Полинга, лауреата двух Нобелевских премий, что химики лучше других понимают мир. У нашего друга-химика широкий диапазон интересов - от тайн зарождения человечества до теории японского стихосложения и защиты самбо. А что касается приготовления «вкусного» пара, душистых [illegible] и прочих [illegible] премудростей, то Марат - признанный чемпион.

Благодаря [illegible] ласке [illegible]

ЩЕДРЫЙ ЖАР

Щедрый жар

...ра-изобретателя Марата Сагитова. И не ошиблись, не раз вспоминая слова Лайнуса Полинга, лауреата двух Нобелевских премий, что химики лучше других понимают мир. У нашего друга-химика широкий диапазон интересов - от тайн зарождения человечества до теории японского стихосложения и защиты самоваров. А что касается приготовления «вкусного» пара, душистых веников и прочих банных премудростей, то Марат - признанный чемпион.

Благодарные ласке банной, мы, участники операции «березовый лист», неизменно выражаем горячее желание передать свою любовь (и некоторый опыт, которым обогатились за многие годы) и другим. Зачастую, как это и положено в среде настоящих, искренних друзей, мы спорим между собой о том, как лучше париться, массироваться или, скажем, как подготовить наиболее подходящий пар. Возникают дискуссии и о том, какой веник лучше - березовый, дубовый или, скажем, крапивный. Не всегда, конечно, приходим к общему знаменателю. Попытались «залезть» в специальную литературу, посвященную бане, но таковой оказалось прискорбно мало.

Не помышляя еще о написании книги, я стал исподволь собирать различные сведения о бане. Записывал рецепты любителей русской бани с многолетним стажем. Беседовал с историками, писателями, медиками, этнографами. Подружился на «банной почве» с гигиенистами, физиологами, биологами, ботаниками, косметологами. Штудировал медицинскую литературу от Гиппократа до наших дней. Помню, как взволновала книга пастора Себастьяна Кнейпа «Мое водолечение» (Кнейп, будучи студентом, заболел туберкулезом и, оказавшись на грани смерти, вылечился водными процедурами). Читал сочинения «апостола воды» силезского крестьянина Винсента Пристница.

Продолжение на стр. 6

...ка прозаической причины - понижения функции сальных желез. И как следствие - потеря упругости кожи. Кожу надо тренировать! Как спортсмен тренирует мышцы. Горячая баня - великолепный тренажер кожи. Старая пословица: «Чтобы быть красивой, надо пострадать». Имеются в виду всякие изнуряющие, малоприятные косметические манипуляции. А ближайшее удовольствие. Радость! А по своему воздействию заменит десятки дефицитных косметических средств, как известно не таких уж дешевых.

Люди издревле ценили баню за ее чудесную способность «снимать» усталость. В последнее время стараниями ученых раскрыт механизм этого благотворного воздействия. Скрупулезными биохимическими исследованиями установлено, что банная процедура значительно снижает в нашем организме уровень молочной кислоты - основного фактора усталости.

Встречаю я на банном полке токаря и бухгалтера, строителя и летчика, писателя и актера. Мне рассказали, что артисты Большого театра даже соорудили свою баню, которая им, и особенно мастерам балета, помогает восстанавливать силы, снимать нервное напряжение, от которого не так просто избавиться после бурного выступления на сцене.

Часто встречают на горячем полке многих известных спортсменов. Как принято говорить, звезд нашего спорта. Таких как, скажем, Валерий Борзов, Владислав Третьяк, Олег Блохин, Сергей Бубка. Кстати сказать, дружба атлетов с баней имеет тысячелетние традиции. Начиная с олимпиад в Древней Элладе, а может быть, и того раньше.

...Когда уже было подготовлено это издание книги, мне позвонили из Пущино. Неожиданное предложение: «Приезжайте попариться...» В ходе дальнейшего разговора все выяснилось. Меня, автора «Щедрого жара», приглашали в клуб под названием «Щедрый жар». И вот я в маленьком городе на Оке, городе большой науки. Вместе с членами клуба - учеными, строителями, работниками различных служб - блаженствую на горячем полке.

Клуб существует уже более 12 лет. Утвержден специальным решением горисполкома. Каждому члену клуба вручены удостоверение и весьма привлекательный значок. Вот выдержки из устава этой общественной организации. «Основная цель - изучать и разумно использовать для укрепления здорового духа в здоровом теле целительные свойства... ...нейшие приборы для исследований на клеточном уровне, которые конструирует Хохлов, не раз награждались золотыми медалями на международных выставках. Грелись мы с Анатолием на горячем полке великолепной пущинской бани (кстати, она творение рук самих ученых) и вдруг неожиданные слова: «Бывает, как ни бьешься, а до решения задачи как до неба. И вот издерганный объятый сомнениями идешь в баньку. Блаженствуешь, отрешившись от всего и вся. И вдруг - эврика! Нашел, что искал долгие дни. Не зря же Менделеев говаривал, что мысли дозревают во время приятного отдыха». Добавлю к словам Хохлова кусочек воспоминаний о гениальном химике: «Одно из удовольствий, которые Дмитрий Иванович любил доставлять себе, - пишет жена ученого А. И. Менделеева, - была русская баня. Он не любил принимать домашние ванны, а шел в общую баню, где оставался долго. Любил полок, веники и беседы с банщиками. Возвратясь из бани, пил чай и чувствовал себя именинником».

В Кадашевских банях, о которых уже шла речь, сложилась у нас своего рода банная дружина. Это те, с кем уже много лет каждую среду встречаемся на горячем полке. Люди разных профессий, разного возраста,

...Физиологи приходят к выводу: инфекция, а плохое настроение, из-за которого резко снижается тонус человека. Гораздо чаще простуживаются те, у кого какая-то неприятность, люди, склонные к паникерству. Как говорил Стефан Цвейг, здоровье кончается, когда кончается вера в него, и только те болезни, которых боимся, берут над нами верх.

Эмоции, как и мускулы, можно тренировать. И для этого не нужны какие-либо специальные тренажеры или сложные упражнения. Вспомните, что зачастую делает ваша мать или жена, когда их кто-то обидит, огорчит - словом, испортит настроение? Начинает генеральную уборку квартиры, хотя еще, быть может, не приспело время этим заниматься. Просто надо отвлечься. Задать труд рукам, чтобы голова успокоилась. Нет лучше эмоциональной разрядки, нежели физическая нагрузка! А банная процедура, как доказано научными исследованиями последнего времени, сродни основательной физической нагрузке. Больше того, то, что мы делаем на горячем полке (разумеется, если соблюдаем необходимые банные установления), совпадает по своему воздействию с основными принципами спортивной тренировки. Идет постепенное нарастание нагрузки. На все наши органы, и прежде всего на сердечно-сосудистую систему. Благодаря воздействию «банной тренировки» улучшаются такие показатели, как сила, скорость, выносливость, координация движений, острота зрения. У спортсменов увеличивалась мышечная сила при толкании ядра, улучшалась прыгучесть у легкоатлетов. Особенно схожи воздействия на сердечно-сосудистую систему в бане и... на лыжне. Не случайно молодые лыжники, только начинающие регулярно посещать баню,

Профилактика болезней ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

●Ежедневно включать в диету лук, чеснок, свеклу, лимон, морковь, пастернак, яблоки, редьку, хрен, капусту, напар из шиповника трижды в день по 1/2 стакана и по 1 чайн. ложке меда. Полоскать рот, горло, а затем и выпивать по 1/4 стакана чайного гриба.

В ПЕРИОДЫ ВСПЫШЕК РЕСПИРАТОРНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

●Ежедневно в течение месяца 1 раз в день пить по 10-20 капель настойки элеутерококка, китайского лимонника и подобных им тонизирующих настоек.

Одновременно с этим 3 раза в день принимать по 1 таблетке витаминов типа «Гексавит», а также увеличить ежедневное употребление фруктов и овощей.

●После сна и перед выходом на улицу энергично промассируйте лицо, особенно вокруг носа, около ушей, виски (весь лоб, между бровей).

●Убережет вас от заболевания обильное питье горячих настоек малины, черной смородины, липы, мяты, ромашки, душицы, зверобоя, шалфея, календулы с пчелиным мёдом.

●Во время гриппа нужно ежедневно пить крепкий горячий чай с гвоздикой, черным перцем и медом. При первых же признаках заболевания проглотите 1 г аскорбинки и повторите еще 2-3 дня подряд.

ЕСЛИ ВЫ ВСЕ ЖЕ ЗАБОЛЕЛИ,

то необходим постельный режим и следующие процедуры:

1. Растереть подошвы ног и грудь скипидаром или керосином, поставить горчичники на грудь и верхнюю часть спины и через полотенце прогреть их грелкой.

2. Перемешать взятые поровну мед, порошок горчицы, растительное масло и водку, намазать на кусочек ткани, положить на грудь и теплее укутать больного. Одновременно нужно выпить потогонный чай.

3. Перед сном растереть ступни ног толченым чесноком и надеть шерстяные чулки. Выпить чай с малиной или липовым цветом.

4. В течение дня съедать с кожурой, не менее 1/2 лимона и 3 чайн. ложек меда.

5. Ежедневно полоскать носоглотку (особенно при насморке и боли при глотании) теплой водой со слабым раствором марганцовки или пищевой соли. Еще лучше с морской солью и 2-3 каплями йода.

6. Пить сок хрена и редьки с медом, чай с малиной и медом, особенно во время озноба.

7. Ягоды калины в течение 4- часов настаивать на подогретом меде и съедать с косточками по 1 чайн. ложке каждые 1 часа.

8. Протереть на терке 1-2 моркови, добавить 1-2 чайн. ложки меда и съесть в течение дня.

9. Свежеочищенный лук или чеснок быстро измельчить, положить на марлечку, смоченную настойкой календулы, вставить в каждую ноздрю на 5-15 минут.

10. При насморке и боли при глотании развести 1/4 чайн. ложки меда теплой водой и закапать в ноздри, чтобы прошло

Если все вышеизложенное не помогло, то НЕОБХОДИМО ПИТЬ НАПАР каждые 4 часа по 1/3 стакана из следующего сырья (или хотя бы части его):

1. Плодов аниса; 2. Корня алтея; 3. Почек или листьев березы; 4. Травы будры; 5. Цветков бузины черной; 6. Травы вахульника; 7. Травы донника; 8. Листа земляники; 9. Травы зверобоя; 10. Травы душицы; 11. Концевых веток ивы; 12. Цветков коровяка; 13. Цветков календулы; 14. Травы кирказона; 15. Цветков липы; 16. Корней любистока; 17. Листьев мяты; 18. Ветвей малины; 19. Листьев мать-и-мачехи; 20. Корней или травы просвирника; 21. Цветков подсолнуха; 22. Листьев первоцвета; 23. Листьев подорожника; 24. Травы репяшка; 25. Корня солодки; 26. Цветков сирени; 27. Травы спорыша; 28. Травы тысячелистника; 29. Травы хвоща; 30. Травы чабреца; 31. Травы фиалки 3-цветной; 32. Листьев эвкалипта.

ВОСПАЛЕНИЕ ЛЕГКИХ

●Если необходимо смесь для напара усилить растениями, излечивающими **воспаление легких**, то положите в сбор больше сырья растений вышеприведенного списка под №№3, 4, 9, 12, 13, 16, 19, 22, 27, 28. Для усиления иммунитета - под №№2, 5, 13, 29

ПОДНЯТИЕ ЖИЗНЕННОГО ТОНУСА

2. Сок моркови с медом (1:1) или морковь, протертую и сваренную с молоком.

3. Сок редьки с медом или сахаром (1:1) используют при бронхите, кровохаркании и коклюше в качестве противокашлевого средства по 1 чайн. ложке 3 раза в день. Для получения сока часть сердцевины редьки выскабливают, внутрь кладут сахар или мед и настаивают.

4. Сок лука репчатого с медом (1:1) принимают при кашле, бронхите, коклюше по 1 чайн. ложке 3-4 раза в день.

5. При воспалительных заболеваниях дыхательных путей принимают отвар капусты белокочанной с медом по 1/4 стакана 3-4 раза в день до еды.

Для полоскания рта используют сок капусты, разведенный водой, или настойки календулы, эвкалипта, также разведенные водой, или чайный (китайский) гриб.

6. Свежие плоды граната вместе с кожурой употребляют при кашле.

7. Мякоть и сок вишни являются хорошими отхаркивающими средствами при воспалительных заболеваниях дыхательных путей, обладают антисептическими свойствами.

8. Свежие плоды винограда и отвар из сушеных плодов (100 г изюма кипятят 10 минут в стакане воды и отжимают сок) увеличивают отделение слизистого секрета в дыхательных путях и облегчают отхаркивание. Принимать по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

9. Сок смородины черной пьют с медом при сильном кашле.

10. Корень солодки несколько раз в день можно [illegible] ничения.

11. При сильном кашле лучше поголодать, но увеличить питье с медом, яблоками, черной смородиной и т.п.

12. При упорном кашле обязательно 3-4 раза в день пить настои [illegible]

со слабым раствором марганцовки или лимонной соли. Еще лучше с морской солью и 2-3 каплями йода.

6. Пить сок хрена и редьки с медом, чай с малиной и медом, особенно во время озноба.

7. Ягоды калины в течение 4- часов настаивать на подогретом меде и съедать с косточками по 1 чайн. ложке каждые 3 часа.

8. Протереть на терке 1-2 моркови, добавить 1-2 чайн. ложки меда и съесть в течение дня.

9. Свежеочищенный лук или чеснок быстро измельчить, положить на марлечку, смоченную настойкой календулы, вставить в каждую ноздрю на 5-15 минут.

10. При насморке и боли при глотании развести 1/4 чайн. ложки меда теплой водой и закапать в ноздри, чтобы прошло в горло.

11. От кашля в черной редьке вырезать углубление и напить в него мед на 4-6 часов. Образовавшийся в редьке сок пить каждые 3 часа по 1/2 чайн. ложки. Особенно это полезно детям.

12. При простудных заболеваниях с насморком вставляют в ухо кусочек лука.

13. 10 г меда, 15 капель настойки эвкалипта или календулы, 1 стол. ложку крутой заварки чая размешать и по 5-6 капель закапывать в каждую ноздрю 3-4 раза в день в течение 4-6 суток.

ВОСПАЛЕНИЕ ЛЕГКИХ

●Если необходимо смесь для напара усилить растениями, излечивающими **воспаление легких**, то положите в сбор больше сырья растений вышеприведенного списка под №№3, 4, 9, 12, 13, 16, 19, 22, 27, 28. Для усиления иммунитета - под №№2, 5, 13, 29.

ПОДНЯТИЕ ЖИЗНЕННОГО ТОНУСА

●**Жизненный тонус** повышает сырье растений под №№4, 8, 9, 12, 14, 16, 19, 22, 24 и 26.

ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНЫЙ СОСТАВ

● **Противовоспалительными свойствами** обладает сырье растений под №№5, 8, 9, 13, 15, 19, 27, 32.

АНТИМИКРОБНЫЙ СОСТАВ

●Антимикробными свойствами обладает сырье растений под №№ 3, 6, 13, 28, 31. Избавить от часто повторяющегося озноба помогут растения под №№ 4, 5, 11, 16, 18, 19, 21, 26 и 28.

●Одновременно с напаром смесей трав нужно пить спиртовые частойки календулы, эвкалипта, девясила (особенно при воспалении легких), аира, душицы, зверобоя и цветков акации.

БРОНХИТ

●Наиболее распространенными заболеваниями дыхательных путей являются бронхиты. При **бронхитах** народная медицина использует следующие средства:

1. Вдыхание пара от только что сваренного в «мундирах» картофеля.

8. Свежие плоды винограда и отвар из сушеных плодов (100 г изюма кипятят 10 минут в стакане воды и отжимают сок) увеличивают отделение слизистого секрета в дыхательных путях и облегчают отхаркивание. Принимать по 1/2 стакана 3-4 раза в день.

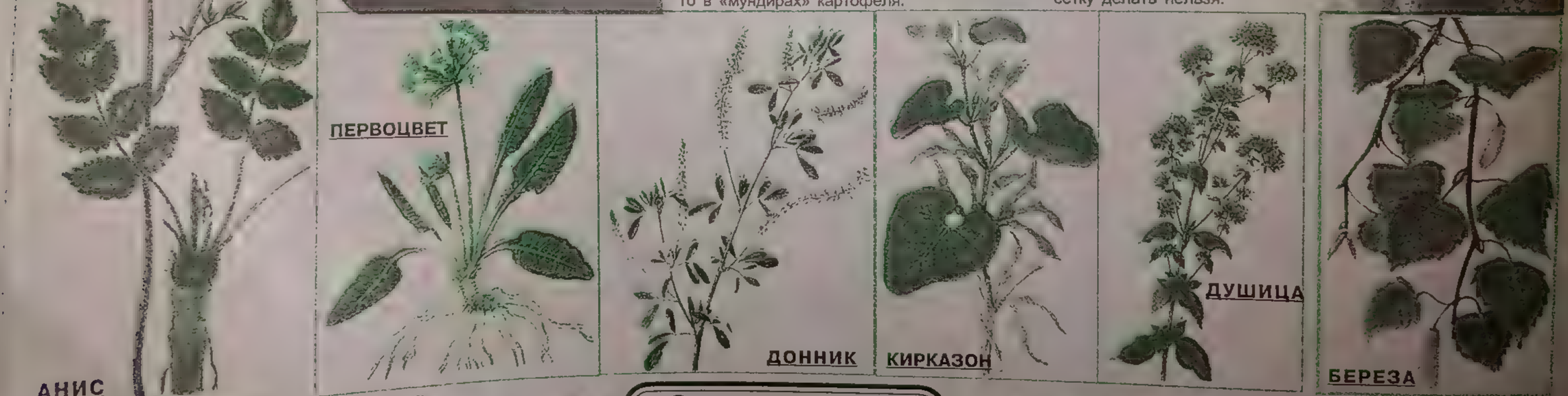
9. Сок смородины черной пьют с медом при сильном кашле.

10. Корень солодки несколько раз в день жевать без ограничения.

11. При сильном кашле лучше поголодать, но увеличить питье с медом, яблоками, черной смородиной и т.п

12. При упорном кашле обязательно 3-4 раза в день пить настойки пустырника, мелиссы, валерианы.

13. При трахеите, бронхите делают йодную сетку по средней линии грудины, потом параллельно ей с обеих сторон через середину ключицы и параллельно этим линиям посередине между ними провести еще по одной линии. На спине наносят с обеих сторон по 2 вертикальные линии параллельно позвоночнику через внутренний край лопатки и посередине между этими линиями позвоночника. Горизонтальные линии на спине и на груди проводить вдоль межреберных промежутков. Йодную сетку делать так: на палочку накрутите ватный тампон, смочите его в 5%-спиртовой настойке йода и наносите на кожу взаимопересекающиеся горизонтальные и вертикальные полосы шириной примерно 1 сантиметр. Делать это не более 2-3 раз в неделю. При температуре тела выше 38°С йодную сетку делать нельзя.



НАПИТКИ из овощей, фруктов и ягод

Продолжение. Начало в №8.

ВИНОГРАД

В ряду культурных растений виноградная лоза стоит на одном из первых мест, и уже не одно тысячелетие человек занимается изучением этой благородной культуры. Высокая питательная ценность, отменный вкус, огромное разнообразие сортов, красота и экономическая эффективность выращивания «солнечной ягоды» выдвинули виноградство в число важнейших отраслей сельского хозяйства многих стран мира.

В ягодах этой сладкой лианы содержатся винная, яблочная, лимонная, муравьиная, янтарная, фосфорная, салициловая и другие кислоты, много сахаров, гликозиды, дубильные вещества, микро- и макроэлементы, широкий набор витаминов. В современной медицине ампелотерапия (виноградолечение) применяется при заболеваниях сердца, бронхов, почек, печени, гипертонической болезни, при истощении нервной системы.

ВИНОГРАДНЫЙ СОК действует подобно щелочным водам и рекомендуется для выведения из организма мочевой кислоты и растворения камней в мочевом пузыре, при анемии и общем истощении. Количество назначаемого сока строго индивидуально, суточная доза колеблется от 0,5 до 1,8 л в день и уточняется врачом в зависимости от состояния больного, характера заболевания и переносимости винограда. К числу противопоказаний к применению виноградного сока относятся ожирение, язвенная болезнь, сахарный диабет, колит, сопровождающийся метеоризмом, гипертиреоз, гастрит, декомпенсированный туберкулез легких.

АЙВА

Прекрасным сырьем для получения соков являются также: **айва японская**, плоды которой по содержанию витамина С не уступают черной смородине и в пять раз превосходят лимоны, а витамина Р содержат в 10 раз больше, чем яблоки.

КИЗИЛ

Древнее плодовое растение, отличающееся засухоустойчивостью, зимостойкостью, долголетием, с приятными на вкус кисло-сладкими вяжущими плодами, издавна применяемыми в народе при желудочно-кишечных заболеваниях.

КРЫЖОВНИК

Разводили на Руси в монастырских садах еще в XI веке как ягодную культуру, «большую сладость имеющую». Ныне известны тысячи сортов крыжовника, различающихся по вкусу и аромату плодов. Некоторые из них достигают веса 60 г, что почти в 150 раз превышает вес плодов дикого собрата этого растения. Из сока крыжовника готовят компоты, безалкогольные напитки, а также вина, превосходящие, по мнению специалистов, вина из плодов других ягодных культур.

ЗИЗИФУС

Все более пристальное внимание ученые обращают на плоды **зизифуса** - небольшого деревца с блестящей листвой, являющегося близким родственником винограда. Французы называют зизифус «женской сливой», подчеркивая красоту похожей только европейской части России вызревает ежегодно более 500 тыс. тонн этих вкусных и целебных ягод, накапливающих за лето большое количество органических кислот, витаминов, пектиновых веществ, минеральных солей. Издавна народная медицина многих стран находила клюкве самое разнообразное применение. Клюквенный мед и кашицу плодов использовали для обработки трофических язв и пролежней. В целях профилактики парадонтоза рекомендовали разминать ягоды языком о десны, холодные крупные ягоды по одной закладывали в уши при угаре, а согретые в руках - при головной боли. Горячий клюквенный кисель считается одним из лучших потогонных средств, а в теплом или холодном виде его назначают как мочегонное и растворяющее камни в почках средство, для лечения лихорадки, ревматизма, малярии, цинги. Тертые с медом плоды клюквы применяют при «старческой узловатости жил» - склерозе, резях в желудке, при пониженной кислотности желудочного сока, малокровии, кашле, ангине, повышенном кровяном давлении. Сок клюквы в смеси с медом используют как высокопитательную смесь при туберкулезе. Клюква не только оказывает губительное действие на болезнетворные микроорганизмы, но и усиливает лечебный эффект некоторых антибиотиков и сульфаниламидных препаратов, применяемых при лечении нефрита и других заболеваний почек.

КЛЮКВЕННЫЙ СОК употребляют в качестве жаропонижающего, витаминизирующего, общеукрепляющего и утоляющего жажду напитка. На его основе готовят морс и квас. Для приготовления морса промытые ягоды протирают или разминают пе-

БРУСНИКА

Не менее обширен и ареал **брусники** - от Белоруссии до Дальнего Востока и от Казахстана до Ледовитого океана. «Царь-ягодой» называют ее в народе. Кисловатые, с вяжущим привкусом, сочные, ярко-красные ягоды брусники используют как приправу к салатам, мясу, рыбе, птице, как начинку для конфет, готовят из нее компоты, кисели, квасы и другие напитки. Если вы захотите полакомиться моченой брусникой, переберите ягоду, засыпьте в стеклянную или эмалированную посуду, залейте холодной кипяченой водой или сиропом (на 1 л воды 2 столовые ложки сахара и 0,5 чайные ложки соли), доведите до кипения и охладите. Жидкость доп-

ягодами. В народе их считают пьянящими и даже называют растение пьяникой, хотя подобным свойством ягоды не обладают. Дело в том, что голубике всегда сопутствует багульник болотный, эфирные масла которого оказывают одурманивающее действие на человека.

В настоящее время известны три типа голубики: низкорослый, высотой не более 1 м, высокорослый до 5 м и «кроличий глаз» - раскидистые кусты, вымахивающие вверх на 8-9 м. Некоторые виды голубики имеют хозяйственное значение. Свежий сок ягод широко используют в кулинарии, а также в качестве напитка для лихорадящих больных и при авитаминозах.

ИРГА

Одним из немногих растений, способных хорошо переносить резко континентальный климат и давать устойчивый и высокий урожай ягод, пригодных для всестороннего использования, является **ирга**, произрастающая в диком виде в лесах Прибалтики, средней полосе России, в Крыму и на Северном Кавказе. Зрелые плоды ирги почти черные, с сизым налетом, имеют приятный сладкий вкус, который обусловлен высоким содержанием сахаров и витамина С.

Ягоды употребляются в свежем виде, а также являются сырьем для приготовления компотов, киселей, вина, высококачественного варенья. Если для

хов, почек, печени, гипертонической болезни, при истощении нервной системы.

ВИНОГРАДНЫЙ СОК действует подобно щелочным водам и рекомендуется для выведения из организма мочевой кислоты и растворения камней в мочевом пузыре, при [illegible] и общем истощении. Количество назначаемого сока строго индивидуально, суточная доза колеблется от 0,5 до 1,8 л в день и уточняется врачом в зависимости от состояния больного, характера заболевания и переносимости винограда. К числу противопоказаний к применению виноградного сока относятся ожирение, язвенная болезнь, сахарный диабет, колит, сопровождаемый поносом, хронические фарин-

имеющую». Ныне известны тысячи сортов крыжовника, различающихся по вкусу и аромату плодов. Некоторые из них достигают веса 60 г, что почти в 150 раз превышает вес плодов дикого собрата этого растения. Из сока крыжовника готовят компоты, безалкогольные напитки, а также вина, превосходящие, по мнению специалистов, вина из плодов других ягодных культур.

ЗИЗИФУС

Все более пристальное внимание ученые обращают на плоды **зизифуса** - небольшого деревца с блестящей листвой, являющегося близким родственником винограда. Французы называют зизифус «женской сливой», подчеркивая красоту похожих на финики красновато-коричневых плодов. Немецкое название «грудная ягода» отражает мнение о целебных свойствах зизифуса при простудных заболеваниях, которые были установлены еще Авиценной, назначавшим сок растения для повышения жизненного тонуса и лечения многих недугов. В наших южных республиках зизифус называют унаби, чилон, жужуба и широко используют в кулинарии для приготовления разнообразных блюд и напитков.

ЧЕРНИКА

Издавна применяли в народе с лечебными целями ягоды **черники**. Эти ягоды содержат органические кислоты, сахара, витамины, каротин и дубители. **ЧЕРНИЧНЫЙ СОК** и в наши дни врачи назначают при расстройствах желудка и кишечника, для повышения остроты зрения, при ревматизме, подагре. В качестве наружного средства черника дает хорошие результаты лечения при экземах, ожогах, прыщах, трудно заживающих ранах, язвах и других заболеваниях кожи.

Смоченную черничным соком ткань накладывают на пораженные места. С этой целью можно использовать и протертые через решето свежие ягоды.

КЛЮКВА

Её называют «северным виноградом» наших лесов. В од-

тости жил» - склерозе, резях в желудке, при пониженной кислотности желудочного сока, малокровии, кашле, ангине, повышенном кровяном давлении. Сок клюквы в смеси с медом используют как высокопитательную смесь при туберкулезе. Клюква не только оказывает губительное действие на болезнетворные микроорганизмы, но и усиливает лечебный эффект некоторых антибиотиков и сульфаниламидных препаратов, применяемых при лечении нефрита и других заболеваний почек.

КЛЮКВЕННЫЙ СОК употребляют в качестве жаропонижающего, витаминизирующего, общеукрепляющего и утоляющего жажду напитка. На его основе готовят морс и квас. Для приготовления морса промытые ягоды протирают или разминают пестиком, из измельченной массы отжимают сок, а оставшуюся мезгу заливают водой и варят при слабом кипении 15-20 минут. Полученную массу настаивают 30 минут, процеживают, в отвар добавляют сахар (около 1 кг на 1 кг клюквы) и клюквенный сок. В домашних условиях часто готовят и клюквенный квас. Ягоды заливают водой (2-3 стакана на стакан клюквы) и кипятят 10-15 минут, разминая их пестиком. Жидкость процеживают через полотняный мешочек, а ягоды отжимают. Сок и полученную жидкость смешивают, добавляют сахар (70-80 г на 1л), лимонную корочку, доводят до кипения и охлаждают. Затем добавляют дрожжи, смесь оставляют для брожения и, после того как квас покроется леной, его процеживают, разливают в бутылки из-под шампанского и выдерживают в холодном помещении.

Для лечебного питания иногда рекомендуют клюкву с картофельным соком. Чтобы приготовить этот напиток, свежеотжатый картофельный сок оставляют в закрытой посуде на час, чтобы отстоялся крахмал, сок осторожно сливают с осадка, вливают в клюквенный сок и добавляют отвар из выжимок клюквы. Для улучшения вкуса подслащивают сахаром.

ГОЛУБИКА

Повсеместно в северной и средней полосе европейской части России, в Сибири и на Дальнем Востоке растет **голубика** - небольшой кустарничек с голубовато-синими

ют ее в народе. Кисловатые, красные ягоды брусники используют как приправу к салатам, мясу, рыбе, птице, как начинку для конфет, готовят из нее компоты, кисели, квасы и другие напитки. Если вы захотите полакомиться моченой брусникой, переберите ягоду, засыпьте в стеклянную или эмалированную посуду, залейте холодной кипяченой водой или сиропом (на 1 л воды 2 столовые ложки сахара и 0,5 чайные ложки соли), доведите до кипения и охладите. Жидкость дол-

жна только покрывать ягоды. Для улучшения вкуса можно положить яблоко, а за несколько часов до употребления добавить сахар. **БРУСНИЧНЫЙ СОК** очень полезен при гастритах с пониженной кислотностью желудочного сока, отеках различного происхождения, при повышенном кровяном давлении, подагре, ревматизме, простудных заболеваниях.

Одним из немногих растений, способных хорошо переносить резко континентальный климат и давать устойчивый и высокий урожай ягод, пригодных для всестороннего использования, является **ирга**, произрастающая в диком виде в лесах Приобщтики, средней полосе России, в Крыму и на Северном Кавказе. Зрелые плоды ирги почти черные, с сизым налетом, имеют приятный сладкий вкус, который обусловлен высоким содержанием сахаров и витамина С.

Ягоды употребляются в свежем виде, а также являются сырьем для приготовления компотов, киселей, вина, высококачественного варенья. Если для многих ягодных культур при варке варенья соотношение веса ягод к весу сахарного песка составляет 1:1, то при варке варенья из ирги достаточно на 1 кг ягод добавлять 300 г сахара. Хорошее варенье получают, когда берут 2 части ягод ирги, 1 часть ягод черной смородины и 2 части сахара.

Характерным для ягод ирги является то, что с только что снятых плодов сок почти не отжимается. Лишь после того как они пролежат 7-8 дней, выход сока при переработке составляет до 70 %. **СОК ИЗ ИРГИ** рекомендуется употреблять больным с сердечно-сосудистыми и желудочно-кишечными заболеваниями.

ЖИМОЛОСТЬ

На всей территории нашей страны распространена **жимолость** съедобная, ягоды которой также представляют хорошее сырье для различных технологических переработок. В состав их входит витамин С, Р-активные вещества - антоцианы и флавоны, углеводы, органические кислоты. **Сок жимолости** употребляется как оздоровляющий напиток для ослабленных больных, а также высоко ценится как пищевой краситель для желе, наливок, вин, безалкогольных напитков. Даже разбавленный в 10 раз, он не теряет своего красивого вишневого цвета.

В настоящее время жимолость широко распространена в коллективных садах Сибири, Алтая и Дальнего Востока как раннее витаминное растение.

«Целебные напитки».
Продолжение следует.

БАНЯ в Моздоке

«Моздокское селение стало быть укрепляемо пространнее обыкновенных форпостов руками солдат, составивших охранное войско, с плетью по плакату», - записано в одном из документов.

Ну, а поскольку, строили крепость солдаты, то баня, естественно, всегда была в почете у людей служивых. В почете была баня и после того, как в городе поселились представители различных национальностей, о чем и по ныне говорят названия улиц – Армянская, Кабардинская, Грузинская, Интернациональная...

Немало утекло воды в Тереке с тех пор, в городе построены многоэтажные дома с благоустроенными квартирами, ванными, но без городской бани не обойтись.

Сейчас в Моздоке ставшим приграничным, расположено много воинских частей, следовательно нагрузка на бани увеличивается. В основном моздокчане пользуются банно-прачечным комбинатом. Его директор, в прошлом работник бытового обслуживания, Ангелина Павловна Москалева рассказала мне, что комбинат был сдан в эксплуатацию с технологическими недоделками и сколько она работает, все старается устранить их, что-то усовершенствовать. Переделали мягкую кровлю на шиферную, подлили бетон для устранения просадок, заменили много труб, восстановили приточную вентиляцию. А об благоустройстве территории и говорить нечего, повсюду чистота, цветы.

В нынешних рыночных условиях держаться на плаву не легко даже крупным предприятиям, поскольку идет постоянное повышение цен на электроэнергию, газ, воду. Банно-прачечному комбинату, столь необходимому населению города, приходится особенно тяжело: ведь цены на обслуживание сильно поднимать нельзя (сейчас одна помывка стоит всего 15 руб. и без ограничения). Приходится выкручиваться, хорошо, что мир не без добрых людей», - говорит директор. – Обращаемся к постоянным клиентам, а их в бане немало. Ведь посещение бани – это целое событие – здесь обсуждают новости, общаются, обстановка дружелюбная, располагающая к спокойствию, очищаются телом и душой, сюда приходят за здоровьем. Свою баню моздокчане любят. И когда встает проблема помощи, то ее оказывают всем тем, что по силам людям.

- Вот смотрите, одна женщина принесла две банки краски, причем совершенно бесплатно, - говорит Ангелина Павловна. – И таких примеров немало.

Планы у директора комбината большие. Это и расширить обслуживание в прачечной, создать группу здоровья, чтобы клиенты могли послушать лекцию о здоровом образе жизни, правильном питании, самомассаже, применении лекарственных растений, об охране окружающей среды. Нужно продолжить реконструкцию помещений, работы много...

Я слушал директора комбината и просто берёт удивление, как это она – изящная миловидная женщина управляется с таким хлопотным хозяйством, так хорошо разбирается в строительных терминах: балки, блоки, перекрытия, марки цемента, размеры труб, уголков, котлы, вентили, сальники и т.д. Видно, что только человеку, работающему с душой, умеющему сплотить вокруг себя коллектив единомышленников (а зарплата у коммунальщиков, прямо скажем, небольшая), это по силам.

Доброго же Вам здоровья, Вам, дарящим людям добро и здоровье.

МОЗДОК – ОДИН ИЗ СТАРЕЙШИХ ГОРОДОВ СЕВЕРНОГО КАВКАЗА. ОСНОВАННЫЙ В 1763 ГОДУ КАК ОДНА ИЗ ШЕСТИ КРЕПОСТЕЙ КАВКАЗСКОЙ ЛИНИИ, ОН ИГРАЛ БОЛЬШОЕ СТРАТЕГИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ В УКРЕПЛЕНИИ ЮЖНЫХ ГРАНИЦ РОССИИ.

★ ОБО ВСЕМ ПОНЕМНОГУ

ВОДА - СПАСЕНИЕ ОТ СТАРОСТИ

Наблюдая несколько дней за дыней, спелой и сочной, которая за несколько дней на солнце стала сморщенной и высохшей, Авиценна сделал простой вывод: старость – это всегда сухость.

Современные ученые говорят иначе: старость – это потеря клетками воды. Первыми эти грозные признаки проявляются на лице, при неправильном питании.

Это происходит, когда

На Западе утверждают:

ПРИЧИНА ГЕНИАЛЬНОСТИ РУССКИХ В ТОМ, ЧТО У НИХ ПАРНАЯ С ВЕНИКОМ.

И не без основания. Пропарившись, увлажнившись, открыв кожные поры, сняв отработанные организмом клетки, человек задерживает процесс старения, а значит сохраняет интеллект и работоспособность.

С этой же целью

ЧЕЛОВЕКО-МОЙКА

Что делать, если некоторые люди по натуре – лентяи и грязнули? Похоже, последнее изобретение японцев – «человеко-мойка» - специально создано для них. Человек ложится внутрь капсулообразной машины, крышка закрывается и снаружи остается только голова. Дальше все напоминает принцип действия посудомоечной машины: сначала тело «бомбардируется» теплой водой, потом поливается шампунем, ополаскивается, далее тело прогревается инфракрасными лучами и теплым паром. Затем тело снова ополоснут, обмоют теп-

ВСЕХ ОБУЛ!

Американский фермер Герман Дюбис из Канзаса уверен, что многие проблемы в животноводстве возникают от того, что животные устают, так как им приходится много времени проводить на ногах. Вот он и... обул всех обитателей своей фермы (коров, свиней, собак и кур) в спортивные тапочки. И хотя над ним насмехались все соседи, в результате он оказался, по-видимому, прав: у коров стало лучше молоко, куры откладывают больше яиц, свиньи быстрее набирают вес. Так что, несмотря на то, что процесс обува

ВОДА СПАСЕНИЕ ОТ СТАРОСТИ

Наблюдая несколько дней за дыней, спелой и сочной, которая за несколько дней на солнце стала сморщенной и высохшей, Авиценна сделал простой вывод: старость – это всегда сухость.

Современные ученые говорят иначе: старость – это потеря клетками воды. Первыми эти грозные признаки проявляются на лице, при неправильном питании.

Что происходит, когда мы налегаем сначала на твердую пищу, затем почувствовав жажду, много пьем?

Лицо отекает, под глазами появляются, а со временем закрепляются мешки и морщинки. Чтобы этого не случилось, надо еще до еды «смочить» желудок.

Недаром европейцы начинают обед со стакана сока. Процесс пищеварения идет без сучка и задоринки. Сухая же пища камнем ложится в желудке. Чтобы её переварить, организм забирает воду, где придется. Быстрее – из кожи лица.

Еще более радикальное

СРЕДСТВО ОМОЛОЖЕНИЯ – КАК МОЖНО БОЛЬШЕ НАХОДИТЬСЯ В ВОДЕ:

в море, в речке, в ванной или в БАНЕ Но лучше – в ПАРНОЙ, особенно для сухощавого человека, где под действием влажного веника и температуры клетки просто разбухают от воды.

На Западе утверждают:

ПРИЧИНА ГЕНИАЛЬНОСТИ РУССКИХ В ТОМ, ЧТО У НИХ ПАРНАЯ С ВЕНИКОМ.

И не без основания. Пропарившись, увлажнившись, открыв кожные поры, сняв отработанные организмом клетки, человек задерживает процесс старения, а значит сохраняет интеллект и работоспособность.

С этой же целью не торопитесь досуха вытираться полотенцем. Лучше на влажное тело надеть сухое белье. Тогда и влага, и тепло равномерно распределятся по всему организму. Тело защищено, а лицо опять осталось открытым Но его влагу тоже надо сохранить. Вот тут и поможет толстый слой любого жирного крема.

ЗАМЕЧЕНО, ЧТО БЫСТРЕЕ СТАРЕЮТ ЛЮДИ В ДОМАХ, ПОСТРОЕННЫХ ИЗ СОВРЕМЕННЫХ МАТЕРИАЛОВ.

БЕТОН ВЫТЯГИВАЕТ ВОДУ ИЗ ПРОСТРАНСТВ. МЫ ЖЕ, СПАСАЯ ОТ СУХОСТИ ПИАНИНО, СТАВИМ В НЕГО БАНКИ С ВОДОЙ, А О СОБСТВЕННОМ ОРГАНИЗМЕ ЗАБОТИМСЯ ХУЖЕ.

ПОМОГАЕТ ПОДДЕРЖИВАТЬ ВЛАЖНОСТЬ ДОМАШНЕГО КЛИМАТА ВОДА С ЦВЕТАМИ И ГОРШКИ С КОМНАТНЫМИ РАСТЕНИЯМИ

ЧЕЛОВЕКО-МОЙКА

Что делать, если некоторые люди по натуре лентяи и грязнули? Похоже, последнее изобретение японцев – «человеко-мойка» - специально создано для них. Человек ложится внутрь капсулообразной машины, крышка закрывается и снаружи остается только голова. Дальше все напоминает принцип действия посудомоечной машины: сначала тело «бомбардируется» теплой водой, потом поливается шампунем, ополаскивается, далее тело прогревается инфракрасными лучами и теплым паром. Затем тело снова ополоснут, обмоют теплой водой с лосьоном и в заключение – все просушат теплым воздухом. Так что человеку, чтобы стать чистым, не нужно даже пальцем шевелить.

ЕШЬТЕ БРЫНЗУ, ЧТОБЫ ЛУЧШЕ СПАТЬ

Французские биохимики и диетологи установили что количество и качество продуктов, которыми мы питаемся, может влиять на нашу потребность во сне и его продолжительность Во время сна в клетках центральной нервной системы человека вырабатываются определенные протеины. «Сырьем для них служат пищевые продукты – говяжье мясо, бананы. Особенно хорошо спят те, кто ест много брынзы: это наиболее активный протеин сна».

Журн. «Химия и жизнь».

АКВАПУДРА – ВМЕСТО МЫЛА

Новосибирские ученые разработали универсальное косметическое чистящее средство – аквапудру. Новинка получила название «атласная кожа». Она представляет собой сухой порошок. Визуально напоминающий обычную рассыпчатую пудру, но как сообщили создатели новинки, - это мыло нового поколения. Действительно, разведенный водой порошок, делает кожу, на которую он наносится, удивительно чистой.

ОБУЛ!

Американский фермер Герман Дюбис из Канзаса уверен, что многие проблемы в животноводстве возникают от того, что животные устают, так как им приходится много времени проводить на ногах. Вот он и... обул всех обитателей своей фермы (коров, свиней, собак и кур) в спортивные тапочки. И хотя над ним насмехались все соседи, в результате он оказался, по-видимому, прав: у коров стало лучше молоко, куры откладывают больше яиц, свиньи быстрее набирают вес. Так что, несмотря на то, что процесс «обувания» обошелся фермеру в небольшое состояние, он уверен, что все затраты окупятся с лихвой.

«Декамерон», №12/99 г.

«Дерево–лекарь – ЗИЗИФУС»

(китайский финик, унаби)

Плоды лечат:
гипертонию,
сахарный диабет,
болезни печени, почек,
неврастению,
гастрит с пониженной и повышенной кислотностью,
половые расстройства.

Листья, содержащие рутин, заваренные как чай, варикозное расширение вен

Дерево акклиматизировано в нашем регионе, не болеет, не повреждается вредителями.

Приобрести саженцы можно в г. Моздоке, ул. Чапаева, 15. Тел. 2-41-64

***

Однажды писатель и журналист В.А. Гильяровский приехал погостить к отцу и, желая показать свою силу, завязал узлом кочергу. Глубокий старик, отец не на шутку рассердился на сына за то, что тот портит домашние вещи, и тут же в сердцах развязал и выпрямил кочергу.

***

Прибыв с вокзала в одну из лондонских гостиниц, Марк Твен увидел в книге записей приезжающих отметку: «Лорд Л. с камердинером». И в свою очередь записал: «Марк Твен с чемоданом».

***

Бернард Шоу встретился с человеком, который отличался необыкновенной тучностью. Взглянув на тощего Шоу толстяк заметил:

- Вы выглядите так, что можно подумать, будто Англия голодает.

- А посмотрев на вас, можно подумать, что вы являетесь причиной этого бедствия, - ответил Шоу.

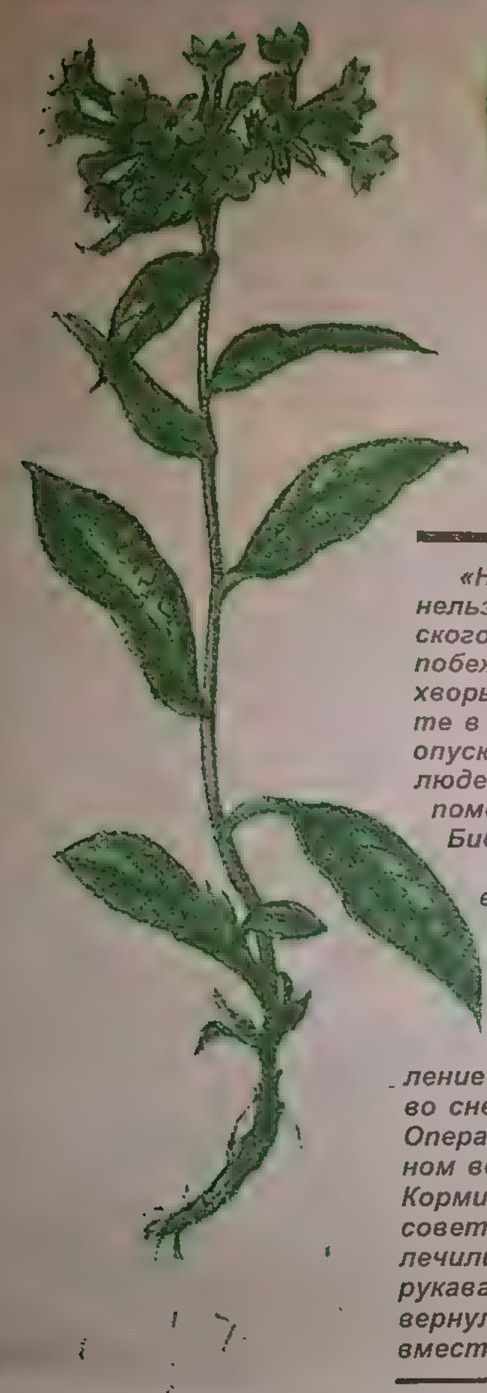
***

Американскому писателю Эрнесту Хемингуэю прислали из Англии письмо с вопросом: «Правда ли, что если нести факел впереди себя, то лев не броситься?»

- Это зависит от того, с какой скоростью нести факел, - ответил писатель

Материалы страницы подготовил Александр ПРОКОПОВ, наш внеш. корр., г. Моздок.

Медуница



«Коль дышать уже невмочь,
Кашель душит, боль таится, -
И никто не смог помочь...
Знай - поможет Медуница!»
Народный лечебник.

«Нет бесполезного растения и нет болезни, которую нельзя вылечить растением» - сказано в заповедях Тибетского монастыря. Природа, наша вера в неё, любовь - побеждают любую хворь. Ведь в Природе – «На каждую хворь - зелье вырастает!» Если случилась беда - не плачьте в подушку, не кидайтесь на все лекарства подряд, не опускайте руки, не сдавайтесь! Любите своих родных людей, своих близких и друзей. Ведь любить - это значит помогать жить. «Просите - и дано будет» - сказано в Библии. А в народе – «Кто ищет - тот всегда найдёт!»

«Мой старик, ветеран Великой Отечественной войны и почти каждый год ему давали льготную путевку в санаторий и я его сопровождала. Мы - одинокие с ним и не разлучались всю жизнь. И в эту осень дали направление. Как обычно он стал проходить анализы. И так неожиданно, как гром среди ясного неба - затемнение в левом легком... И направление в онкологию. Врачи, обследования, анализы, а я как во сне, как пришибленная... В результате - больница. Операцию делать просто не взялись, и так он в преклонном возрасте, да инвалид. Доходяга, сам и «дойдёт». Кормите повкуснее, чтобы помер с удовольствием - весь совет. Хорошо, что я вспомнила своё детство, как у нас лечили чахоточников. Забрала его из больницы и засучив рукава взялась за лечение. Диета и медуница - вот что вернули моего старика к жизни! Вот так и живём с ним вместе уже третий год». - Из письма.

Что же ты поведаешь нам о себе - Медуница мягчай [illegible]?

В маленькой деревенской больнице только одна палата была - детской, где лежали дети разных возрастов, а под Новый год положили и двух новорожденных близняшек девочек. В новогоднюю ночь не спала только роженица. После тяжелой операции, она неважно себя чувствовала, но прибавился ещё какой-то [illegible]

мельче, продолговатые. Фиолетово-синие цветки, завитые. По отцветении цветы меняют окраску на розовую. Плоды - яйцевидные орешки, их 4, они заключены в яйцевидную чашечку. С лечебной целью используют всю надземную часть растения, собираемую до распускания цветков и во время цветения. Запах у травы слабый, медовый, очень приятный. Вкус сладковатый, слизистый.

В траве медуницы содержат-

острых нефритах, поносах с резями в кишечнике, при различного рода кровотечениях, авитаминозе, камнях в мочевом пузыре, золотухе. Отваром полощут болящее горло, когда хрипнет голос, промывают гноящиеся раны и нарывы. Женщины употребляют отвар для спринцевания при болях. Все три вида медуницы: лекарственная, мягчайшая и тёмная – лечебные.

НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВЕН

фективное лечение лёгких или тяжёлого заболевания лёгких, медуницу пьют по 4-5 ст. ложек в день. А так же пьют аконит /борец Джунгарский - он лечит органы выше пояса, в т.ч. раковые опухоли легких/, дурнишник /его пьют, а так же набивают трубку и курят - дышат дымом, лечат щитовидку и опухоли горла, языка, пищевода в т.ч. раковые/, пьют настойку армаалоказии, исландский мох /диабет, астма, туберкулёз, рак лёгких/.

Иногда услышишь: «Пью полпалу уже месяц, а кашель не проходит!» Люди, нужно знать какой травой что лечить! От каждой болезни ведь свои травы! Жаль, что многие надеятся вылечиться за неделю. Копили болезни годами, травили себя всю жизнь лекарствами, неправильным питанием, разными добавками, красителями, ароматизаторами, отбеливателями, консервантами, наполнителями, гербицидами, минеральными удобрениями, неправильным назначением лекарств. Только за последний год в мире отменено и запрещено более 150 видов химических лекарственных препаратов! И если уж нашли время заболеть - найдите его и на лечение. К сожалению, о травах вспоминают, когда уже позади операция, химиотерапия и облучение, когда человек уже прикован к постели. Не вините травы, они могут просто не успеть. К примеру, официальная медицина устанавливает страшный диагноз – рак, когда заболеванию уже 6-8 лет! Когда наступает «обвал» и человек сгорает на глазах /а ему ещё - химиотерапия.../ По этому, как только замечается потеря веса, аппетита, быстрая усталость, потение по ночам, не проходящий кашель или боли в одном и том же месте - нужно бить во все колокола. «Здоровых людей сейчас нет», - так мы часто говорим, в этом часто убеждаемся. Так почему же люди, считающие себя здоровыми, пренебрегают травами? Кругом очереди: за мясом, за колбасой, за печеньем и конфетами. Не за травами. Если злоро-

чальная история вышла с морозником: появился на него большой спрос, это понятно, он считается второй панацеей. Но и морозник появился на рынках всех городов, даже на Севере. Стали его копать весь подряд, даже не жалея «деток». А лечебен корень только цветущих растений, цветет же он на 3-5 год. Самый же лечебный - горный морозник, не полевой. Но какой же умный в наше время в гору то пойдёт? Вот и истребляют растение, занесенное в Красную книгу, роют и копают всё подряд. Даже семена никто не собирает, возни много с ними.

У медуницы при лечении есть свой ураз-заговор: необходимо сорвать стебли накануне Петрова дня /12 июля/. Заговаривают как свежую траву, так и сухую /когда понадобится/, заговаривают перед закатом: заваривают кипятком и греют на маленьком огне, пока читают на отвар – «Рада бы расти, да сорвали в пути. Рад бы раб Божий /имя/ не болеть, да должен то Господь повелеть. Господи, повели не болеть рабу /имя/ ни сегодня, ни завтра, ни после завтра, ни через неделю, ни через год. Пусть у раба /имя/ болезнь с лёгкого сойдёт. Аминь».

Вот так лечит рак крови, прямой кишки, молочных желез и желудка сабельник; лечит рак - болиголов, «злодей с добрыми глазами», даже у больных с 4 стадией, выписанных домой умирать, в 20%, а ведь это каждый пятый умирающий; лечит аконит-борец неизлечимые болезни; возвращает зрение глазная трава - очанка; очищают лёгкие - медуница, чернокорень, дурнишник; спешит на помощь печени - расторопша; «разумная» трава Шикша - избавляет от нервных расстройств и болезней, эпилепсии, заставляют биться «второе сердце» у мужчин Красный корень «Медв[illegible]

лечили чахоточников. Забрала его из больницы и засучив рукава взялась за лечение. Диета и медуница - вот что вернули моего старика к жизни! Вот так и живём с ним вместе уже третий год». - Из письма.

Что же ты поведаешь нам о себе - Медуница мягчайшая, лёгочница?

В маленькой деревенской больничке только одна палата была - детской, где лежали дети разных возрастов, а под Новый год положили и двух новорожденных близняшек девочек. В новогоднюю ночь не спала только роженица. После тяжелой операции, она неважно себя чувствовала, но прибавился ещё какой-то страх жуть. В 3 часа ночи она ползком добралась до детской палаты, хоть и не знала раньше где она - сердце довело. Открыла дверь, дико закричала и упала без сознания: в открытую форточку летели снежинки и не таяли. Дети - не плакали... Конечно, созвали всех, конечно, приняли все меры. Может печь сама загасла, может птица ударила в окно, кто теперь разберёт. Мать и девочек взяла к себе домой знакомая, опытная врач и целительница, так как спасать нужно было уже троих, женщина не могла придти в себя от горя - новорожденные были живы, но у одной - крупозное двухстороннее воспаление легких, у другой - одностороннее. Вот тогда и пригодилась медуница. Одну девочку удалось спасти. И многих других палатных детей, кто был в сознании и не умер от холода. Вот таким был мой день рождения. Поэтому медуница - одна из моих самых любимых трав.

Медуница мягчайшая - какое красивое название! Успокаивающее и вселяющее надежду. Растение из семейства бурачниковых – Pulmanaria officinalis. Встречается на территории европейской части нашей страны. Растет в зарослях, среди кустарников, в лиственных тенистых лесах. Медунка, лёгочница называют её в народе. Медуница - многолетнее растение с восходящим корневищем и тонкими придаточными корнями. Стебли высотой до 30 см., стебли и листья покрыты короткими железистыми волосками. Прикорневые листья крупные, эллиптические, бархатистые. Стеблевидные значительно мельче, продолговатые. Фиолетово-синие цветки, завитые. По отцветении цветы меняют окраску на розовую. Плоды - яйцевидные орешки, их 4, они заключены в яйцевидную чашечку. С лечебной целью используют всю надземную часть растения, собираемую до распускания цветков и во время цветения. Запах у травы слабый, медовый, очень приятный. Вкус сладковатый, слизистый.

В траве медуницы содержатся дубильные вещества, сапонины, полисахариды, комплекс микроэлементов: марганец, железо, медь, ванадий, серебро, никель, стронций, йод и др. Медуница содержит сильный активный кроветворный комплекс микроэлементов и его применяют при различных заболеваниях крови /как и сабельник/. В траве содержатся вещества, предупреждающие возникновение тромбов /сильнее гепарина в несколько раз!/ особенно препараты медуницы оказали положительное действие на состав крови при опухолевых заболеваниях /авт. Грибель 1983г./. Медуница регулирует щелочно-кислотное равновесие в организме /Мац. Макушева 1983г./.

В народной медицине она используется как средство, регулирующее деятельность желез внутренней секреции, очищающее кровь, обезболивающее и смягчающее, и, конечно, при всех видах заболеваний легких /легочная трава/: раке, туберкулёзе, воспалении лёгких, застарелых бронхитах, кровохарканье, скоплении жидкости, катаре. Отвар пьют при нервных болезнях, болезнях сердца, головной боли, заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Наружно - как отличное ранозаживляющее средство. А так как растение содержит много кремния, стимулируется иммунитет и повышаются защитные средства организма. Медуница восстанавливает дефицит калия и йода в организме и эффективна при зобе. Помогает она при заболеваниях мочевого пузыря и геморрое. Применяют её и при желтухе, заболеваниях печени, острых нефритах, поносах с резями в кишечнике, при различного рода кровотечениях, авитаминозе, камнях в мочевом пузыре, золотухе. Отваром полощут болящее горло, когда хрипнет голос, промывают гноящиеся раны и нарывы. Женщины употребляют отвар для спринцевания при болях. Все три вида медуницы: лекарственная, мягчайшая и тёмная – лечебные.

НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВЕН ПРИ БОЛЕЗНЯХ ЛЁГКИХ ТАКОЙ РЕЦЕПТ:

2 столов. ложки измельченной травы медуницы на 1 литр пива, добавить 1 стол. ложку хорошего мёда и всё это отварить до половины объема. Пить по 1-2 чайных ложки 3 раза в день, перед едой /запивая водой/.

ВОДОЧНАЯ НАСТОЙКА:

третью часть посуды или бутылки наполнить сухими листьями /или свежими - половину/ медуницы и залить до верху водкой, пить по 1 чайн. ложке с водой 3 раза в день до еды. Настоять 2 недели.

ВОДНЫЙ ОТВАР:

1 ст. ложка сухой травы залить 1 стаканом кипятка, настоять, укутав, 20 мин. и пить по 1 стол. ложке 3 раза в день.

Ещё рецепт: смешать в равных частях медуницу, подорожник, шалфей, золототысячник и полынь, взять 1 стол. ложку смеси на стакан кипятка и добавить 1 стол. ложку мёда, варить 3-4 мин. дополнить до полного объема стакана. Пить по 1 стол. ложке 3 раза в день перед едой. При болезнях лёгких, мочевого пузыря и при геморрое.

Если необходимо срочное и эффективное лечение, просто не успеть. К примеру, официальная медицина устанавливает страшный диагноз – рак, когда заболеванию уже 6-8 лет! Когда наступает «обвал» и человек сгорает на глазах /а ему ещё - химиотерапия.../ По этому, как только замечается потеря веса, аппетита, быстрая усталость, потение по ночам, не проходящий кашель или боли в одном и том же месте - нужно бить во все колокола. «Здоровых людей сейчас нет», - так мы часто говорим, в этом часто убеждаемся. Так почему же люди, считающие себя здоровыми, пренебрегают травами? Кругом очереди: за мясом, за колбасой, за печеньем и конфетами. Не за травами. Если здоровые люди, здоровые дети будут пить травы для профилактики, они и не заболеют. Все, кто хоть нечасто ложил листик медуницы в чай, лёгкими не болели. При возникновении заболевания нельзя отчаиваться и сидеть сложа руки. Слово, мысль, настои, травы, правильно выбранные, любовь близких - всё эта способно победить недуг. Но моментальных результатов не ждите. Воля и терпение обязательные спутники исцеления! И, правильная диета. Если Вы или врачи уверены в скором конце, тогда конечно, почему бы не побаловать перед смертью человека разными бульончиками, икрой, вкусностями. Но если решили бороться, терпите, не всё полезно одинаково для больного и для здорового организма. Не зря японцы считают: «Нет режима и диеты - нет и лечения».

И необходимо помнить, что тяжелая болезнь, кроме объективных причин, вызывается и причинами внутреннего порядка: злобой, завистью, гневом. Чтобы поправиться - необходимо изменить своё сознание, научиться сопереживать, понимать тревоги и заботы других людей, заглянуть в свою душу. И здоровье придет в тело, когда будет здорова душа.

Конечно, каждая трава имеет свои тайны и секреты, их знает только целитель, собирающий эту траву. Поэтому многие удивляются не сильной пользе рыночных трав. Какую траву нужно собирать на зорьке, какую в звёздную ночь, какую в полнолуние, какую только на Ивана Купалу. Для всех трав свои заговоры. Вот какая пе-

В моей кишки, молочная железа и желудка сабельник; лечит рак - болиголов, «злодей с добрыми глазами», даже у больных с 4 стадией, выписанных домой умирать, в 20%, а ведь это каждый пятый умирающий; лечит аконит-борец неизлечимые болезни, возвращает зрение глазная трава - очанка, очищают легкие - медуница, чернокорень, дурнишник; спешит на помощь печени - расторопша; «разумная» трава Шикша - избавляет от нервных расстройств и болезней, эпилепсии; заставляют биться «второе сердце» у мужчин Красный корень «Медвежий» и Молочай Палласа «Мужик-корень»; после лечения Княжиком - никакой рак никогда не возвращается, он же - самое эффективное средство для стимуляции обмена веществ; снимет водянку и запустит в работу почки - грушанка; поможет от «трясучки» Паркинсона и от фибромиомы - омела; зоб и рак горла одолеет дурнишник; давление, кровь, диабет, рак матки, пищевода, желудка - лечит Лапчатка /калган/; деформацию суставов, суставные боли, рак языка - Волчье лыко. Ищите свою траву. Не ждите и не сдавайтесь! Чистого Вам дыхания с медуницей, чернокорнем и дурнишником, кавказского долголетия - с морозником! Здоровья! И – любви!

353410 г. Анапа, Главпочтамт, до востребования КЛИМОВОЙ Ольге Викторовне, травник-целитель.

ЩЕДРЫЙ ЖАР

Продолжение. Начало на стр. 1.

Моими настольными книгами стали сочинения Геродота, Тита Ливия, Тацита, Светония, Плутарха, Монтеня. Я углубился в труды И.М. Сеченова, И.П. Павлова, И.И. Мечникова, В.И. Вернадского, И.Р. Тарханова, В.А. Манассеина и многих других ученых.

Я подолгу беседовал с работниками бань - с теми, кто их строит, кто «управляет» банной печью, кто специализируется на мытье и массаже и заготовляет банные веники.

Так постепенно, в течение ряда лет, рождалась эта книга.

После выхода в свет первых изданий «Щедрого жара» я получил много писем - от наших и зарубежных читателей. Люди, как настоящие друзья, не скупясь, делились своим опытом, высказывали пожелания, замечания. Интересной и полезной была моя переписка с биологом Геннадием Свиридоновым из Бийска - крупным специалистом по лекарственным растениям и тонким знатоком русской бани. Мой новый друг стал добрым советчиком, что касается применения в бане полезных лекарственных растений.

Писатель Юлиан Семенов, как выяснилось из его обстоятельного письма, оказался большим любителем бани. Он помог мне по-новому осмыслить некоторые нюансы этого древнего обычая. «Как-то мой друг замечательный хирург Виктор Савельев, - писал Юлиан Семенов, - рассказал мне подробно свою концепцию русской бани с ее терпким жаром, жалящим березовым веником и ныряниям в снежный сугроб. Жар, как и холод, драматичен. Это полюсы. Антиподы рождают особую ситуацию». В этом, видимо, один из секретов бани. Баня - это преодоление»

По-доброму откликнулся на книгу и видный историк медицины и гигиенист член-корреспондент Академии медицинских наук профессор Борис Дмитриевич Петров. Он поделился интереснейшими сведениями, замечания. Интересной и полезной была моя переписка с биологом Геннадием Свиридоновым из Бийска - крупным специалистом по лекарственным растениям и тонким знатоком русской бани. Мой новый друг стал добрым советчиком, что касается применения в бане полезных лекарственных растений.

Писатель Юлиан Семенов, как выяснилось из его обстоятельного письма, оказался большим любителем бани. Он помог мне по-новому осмыслить некоторые нюансы этого древнего обычая. «Как-то мой друг замечательный хирург Виктор Савельев, - писал Юлиан Семенов, - рассказал мне подробно свою концепцию русской бани с ее терпким жаром, жалящим березовым веником и ныряниям в снежный сугроб. Жар, как и холод, драматичен. Это полюсы. Антиподы рождают особую ситуацию». В этом, видимо, один из секретов бани. Баня - это преодоление»

По-доброму откликнулся на книгу и видный историк медицины и гигиенист член-корреспондент Академии медицинских наук профессор Борис Дмитриевич Петров. Он поделился интереснейшими сведени-

янная переписка. Миронов помог пополнить «коллекцию» банных пословиц, поговорок и загадок. Кстати, Валерий рассказал, как в его родном Болшево отмечали столетие Марии Петровны Галкиной. Старая ткачиха вырастила шестерых детей, помогла воспитать столько же внуков, столько же правнуков и двоих праправнуков. Когда ее чествовали, Мария Петровна сказала: «За сто лет жизни ни единого раза не лежала в больнице, только в роддоме, а вот баньку никогда не забывала. С младых ногтей любила попариться».

Не могу не выразить глубокую признательность за добрую помощь и содействие медикам Эльмуту Лаане, Вячеславу Николаеву, Рейну Суйя, Кямалу Кафарову, Сергею Вышеславцеву, писателям Владимиру Солоухину, Михаилу Львову, Василию Пескову, филологу и историку Ольге Логиновой, инженеру Валентину Сташевскому. Не имя возможности перечислить всех читателей, приславших свои «банные» рецепты (их сотни!), хочу искренне поблагодарить их и от души пожелать: «С легким паром»!

ГЛАВА ПЕРВАЯ,

в которой читатель познакомится с Антонио Нуньесом Риберо Санчесом, совершит путешествие в глубь веков и узнает, что простая вода далеко не простая

«РОСТОК МОЙ - ОТ ВОДЫ НЕБЫТИЯ»

Вспоминаю разговор с Иваном

ли весьма примечательную книгу. Здесь она в одном экземпляре. Еще один хранит писатель Леонид Леонов, собравший уникальную коллекцию, посвященную русской бане.

На пожелтевшей, хрупкой от времени книге дата - 1774 год. «О парных российских банях, поелику споспешествуют оне укреплению, сохранению и возстановлению здоровья» - таково весьма архаичное название этого сочинения. Кто же такой Санчес - автор этого любопытного трактата? Антонио Нуньес Риберо Санчес - врач, прослуживший всю свою жизнь в России при дворе императрицы Елизаветы Петровны. Под конец своего жизненного пути Антонио Нуньес Риберо поселился во Франции и там написал, как он сам подчеркнул, «Уважительное сочинение» о российских банях. Книга была переведена во многих странах Европы, а затем и в Рос-

Даже самое малое свидетельство культурного наследия прошлого воспринимается с живейшим интересом. И это не только любопытство - узнать, «что было раньше». Ведь мы живое продолжение этого прошлого. История помогает нам лучше понять самих себя, а зачастую и снова обратиться к тем первозданным ценностям, которые мы «утеряли» в веках.

Первое слово - о воде. Потому что если театр, по выражению К.С. Станиславского, начинается с вешалки, то баня, мытье, умывание начинаются с воды.

Вода... Мы воспринимаем ее как нечто обычное, будничное. А если вдуматься?

Антуан де Сент-Экзюпери, потерпев аварию, посадил свой самолет в выжженной солнцем африканской пустыне. Одинокий, мучимый жаждой, он собирал капельки утренней росы на крыле своего аэроплана. Может быть, тогда у него родились такие вдохновенные слова:

«Вода, у тебя нет ни вкуса, ни цвета, ни запаха, тебя невозможно описать, тобой наслаждаются, не ведая, что ты такое. Нельзя сказать, что ты необходима для жизни: ты - сама жизнь. Ты наполняешь нас радостью, которую не объяснишь нашими чувствами. С тобой возвращаются к нам силы, с которыми мы уже простились. По твоей милости у нас вновь начинают бурлить высохшие родники нашего сердца. Ты самое большое богатство на свете...»

выдающимся мудрецам (он предсказал в 585 г. солнечное затмение), считал воду вечно движущимся и в то же время неизменным элементом природы, первоисточником всего сущего. Это творец жизни, в том числе и человеческой.

Неподалеку от Керчи археологи нашли статуэтку Афродиты с дельфином. Статуэтке более 2500 лет. В древнегреческой мифологии дочь Зевса и Дионы - Афродита Анадиомена («появившаяся на поверхности моря»), богиня любви и красоты, произошла из морской пены. Думаю, что тот, кто побывал в ленинградском Эрмитаже, пройдя по его 353 залам, все же запомнил прекрасное изваяние Афродиты. Вначале эта древняя скульптура стояла в Летнем саду, где по приказу Петра 1 ее круглосуточно охраняли часовые.

Богиня из морской пены. Красивый миф, и только? Нет, это та человеческая фантазия, построенная из реальных земных кирпичей, о которой сказал философ. Ни у кого из современных ученых не вызывает сомнения, что вода явилась той обязательной, незаменимой средой, в которой происходило формирование наиболее сложных органических соединений, послуживших в дальнейшем материалом для построения тел живых существ.

Леонардо да Винчи (1452-1519) назвал воду возницей природы и жизни. «Жизнь - это одушевленная вода». Образ «реки жизни», «реки времени»- во многих величайших произведениях литературы и живописи.

Основоположник учения о биосфере, природной среде В.И. Вернадский (1863-1945) писал, что колыбелью жизни на земле была, по всей вероятности, поверхность обнажившегося из-под воды дна мелких водоемов. Ученый назвал воду минералом жизни. «Живая кровь, которая создает жизнь там, где ее не было»- так сказал о воде академик А.П. Карпинский (1846-1936).

А что касается морской пены, то, как установили современные исследователи, она обладает интересными биологическими свойствами. Могучий стимулятор роста зародышей морских животных!

Да, вода - колыбель жизни. Когда в ходе эволюционного развития живые существа выходили из океанов и морей в новую для них среду, - сушу, поверхность, они [illegible]

друг замечательный хирург Виктор Савельев, - писал Юлиан Семенов, - рассказал мне подробно свою концепцию русской бани с ее терпким жаром, жалящим березовым веником и ныряниєм в снежный сугроб. Жар, как и холод, драматичен. Это полюсы. Антиподы рождают особую «ситуацию». В этом, видимо, один из секретов бани. Баня - это преодоление».

По-доброму откликнулся на книгу и видный историк медицины и гигиенист член-корреспондент Академии медицинских наук профессор Борис Дмитриевич Петров. Он поделился интереснейшими сведениями по истории русской бани. В частности, когда это издание книги было подготовлено к печати, Борис Дмитриевич сообщил мне о такой вот любопытной подробности. Еще в 1826 г. (!) врач А.А. Бойно-Куринский защитил в Московском университете диссертацию «О банях вообще и русских банях в частности»

Многое почерпнул я из писем ленинградского писателя и языковеда Льва Успенского - автора книги «Слово о словах». Старый литератор помог мне разобраться в происхождении слов, относящихся к обиходу бани. Его письма - это, можно сказать, своего рода исследования. Чувствовалось, что писатель, удовлетворяя мое «банное» любопытство, углубился в свои богатейшие лингвистические анналы. Оказалось, что Лев Васильевич тоже большой любитель банного жара, и, как он сообщал, «в более молодые годы мог не только себя основательно попарить, но и «обработать» веником троих, а если придется, и пятерых своих друзей». Так что советы Льва Успенского были весьма полезны, и не только по части происхождения «банных» слов, но и, так сказать, по «технологии» самой бани.

Бесконечно благодарен я инженеру из Болшева Валерию Миронову - интереснейшему человеку, библиофилу, собирателю фольклора. С ним у меня тоже завязалась постоянная переписка. Мне посылал он свои рукописи, в одной из которых и прочитал я замечательные слова: «С легким паром»!

ГЛАВА ПЕРВАЯ,

в которой читатель познакомится с Антонио Нуньесом Риберо Санчесом, совершит путешествие в глубь веков и узнает, что простая вода далеко не простая

«РОСТОК МОЙ - ОТ ВОДЫ НЕБЫТИЯ»

Вспоминаю разговор с Иваном Михайловичем Саркизовым-Серазини. Маститый профессор, член редколлегии спортивного журнала, в котором я сотрудничал, и на редкость доброжелательный человек, заметив мой интерес к русской бане, посоветовал: «Обратитесь-ка, батенька, к истории. Она приоткроет

преинтересные подробности. Много утеряно и позабыто в этом древнем, как само человечество, обычае».

И вот я в отделе редких книг Ленинской библиотеки. Мне показали книгу времен Екатерины II «О парных российских банях, поелику споспешествуют оне укреплению, сохранению и возстановлению здоровья» - таково весьма архаичное название этого сочинения. Кто же такой Санчес - автор этого любопытного трактата? Антонио Нуньес Риберо Санчес - врач, прослуживший всю свою жизнь в России при дворе императрицы Елизаветы Петровны. Под конец своего жизненного пути Антонио Нуньес Риберо поселился во Франции и там написал, как он сам подчеркнул, «Уважительное сочинение» о российских банях. Книга была переведена во многих странах Европы, а затем и в России.

Читаю вещие слова «славного медика» (так его называют во вступлении книги), иностранца, проникшегося большой любовью и уважением к русским обычаям: «Искреннее желание мое простирается только до показания превосходства Бань Российских пред бывшими вдревле у Греков и Римлян и пред находящимися ныне в употреблении у Турков, как для сохранения здоровья, так и для излечения многих болезней...»

И дальше: «Когда помышляю о множестве лекарств, из аптеки и из химических лабораторий выходящих, приуготовляемых столикими иждивениями и привозимых изо всех стран света с неописанною трудностью, то коликократно желал я видеть, чтобы половина или три четверти оных всюду великими расходами сооруженных зданий превратилися в Бани Российские для пользы общества».

Не правда ли, знаменательное признание? Мы еще не раз будем возвращаться к трактату Санчеса, ибо многие его советы не утеряли своей свежести и в наши дни. Но прежде отправимся в своеобразное путешествие в глубь веков. В этом нам помогут старинные книги. Нашими гидами будут историки, этнографы, медики, поэты...

В наш атомный век люди особенно остро осознали бесценность истории человеческой цивилизации. Ученый рассмотрел в ней «Ростки мои - от воды небытия», - так сказал Омар Хайям.

Миф, каким бы он ни был красивым, остается мифом. Но кто-то из философов заметил, что человеческая фантазия строит свои волшебные замки из реальных земных кирпичей и что фантастический образ - это небывалое сочетание былых впечатлений.

Примерно шесть тысячелетий назад на территории современного Ирака в долине Тигра и Евфрата процветала цивилизация шумеров. Здесь, по библейской легенде, находился рай, где под тенистыми кущами блаженствовали Адам и Ева. Неутомимые поиски археологов - вели раскопки и советские ученые - шумеры «заговорили» с нами через тысячелетия. Из глиняных табличек с древними текстами мы узнали, что по представлению шумеров «еще не было вверху неба, а внизу земли, но уже владычествовал бог океана Апсу». Рисунок-символ на шумерской вазе, «возраст» которой более 5000 лет, - морские волны, из которых выходят люди, животные и растения.

Один из основателей древнегреческой философии Фалес из Милета (VII-VI вв. до н.э.), которого в Элладе причислили к семи самым всей вероятности, поверхность нажившегося из-под воды дна мелких водоемов. Ученый назвал воду минералом жизни. «Живая кровь, которая создает жизнь там, где ее не было»- так сказал о воде академик А.П. Карпинский (1846-1936).

А что касается морской пены, то, как установили современные исследователи, она обладает активнейшими биологическими свойствами. Могучий стимулятор роста зародышей морских животных!

Да, вода - колыбель жизни. Когда в ходе эволюционного развития живые существа выходили из океанов и морей в новую для них среду - земную поверхность, они уносили в своем теле морскую воду. Как установили ученые, кровь животных, кровь человека очень близка по составу океанской воде. Эта вода, претерпев, разумеется, в ходе эволюции изменения в своем составе, стала их внутренней средой. Из нее образовались кровь, тканевая жидкость, лимфа. Кстати, это мудреное латинское слово означает не что иное, как влага. Лимфа, первооснову которой составляет вода с ее поистине волшебными очистительными свойствами, дает возможность нашему организму, как уникальнейшему прибору, вести тончайшие процессы жизнедеятельности. Вода «вымывает» из наших клеток шлаки, отработанные, токсичные для организма вещества.

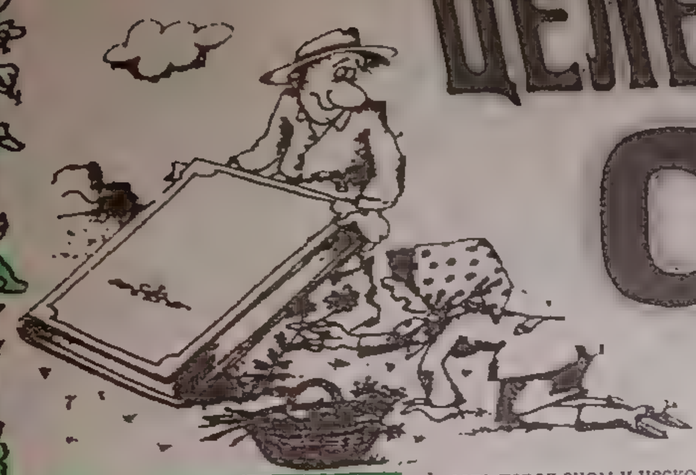
Вода - это почти две трети веса нашего тела. А трехдневный человеческий зародыш состоит на 97 процентов из воды. Ученые утверждают, что человеческая жизнь, функции нашего организма в известном смысле это «борьба за воду». С годами, когда происходит постепенное угасание, организм как бы усыхает.

Появившийся на свет ребенок способен свободно держаться на воде. Причем эта удивительная генетическая способность сохраняется без всякого обучения примерно до 6-месячного возраста. Теперь стали приобщать детей к плаванию, можно сказать, с пеленок. Плавать раньше, чем ходить.

Родная стихия, пробуждающая у нас самые радостные эмоции! Лучший отдых - у воды. Купание - величайшее наслаждение. В бане на первом плане тоже вода. Наверное, поэтому мы так любим там плескаться, мыться, париться.

Продолжение следует.

ЦЕЛЕБНЫЕ НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА



ОТВАР КОРЫ КАЛИНЫ

Отвар, приготовленный из расчета 10 г коры калины на 1 стакан воды, принимать по 1 ст. л. 3 раза в день при носовых и внутренних кровотечениях.

ТАМПОНЫ С СОКОМ КРАПИВЫ

При носовом кровотечении рекомендуется вложить в нос смоченную соком свежей крапивы вату.

ЛУК

Для остановки носовых кровотечений сырую луковицу разрезать пополам и крепко приложить разрезанной стороной сзади к шее.

ОТВАР КОРЫ КОРНЕЙ ШЕЛКОВИЦЫ

25 г коры корней шелковицы белой залить 2 стаканами кипятка, кипятить на слабом огне 20 минут, настаивать 3-4 часа, процедить.

Принимать по 2 ст. л. 3-4 раза в день перед едой при легкой форме диабета.

СОК СВЕКЛЫ

При сахарном диабете рекомендуется пить по 1/4 стакана 4 раза в день свежий сок свеклы красной.

НАСТОЙКА ЛУКА

Смешать 0,5л свежеприготовленного сока репчатого лука с 0,5 л 96%-ного винного (медицинского) спирта.

места перед сном и несколько дней спать на подстилке из них при ревматических болях.

НАСТОЙ КОРНЕВИЩ ПЫРЕЯ

5 ст. л. измельченных корневищ пырея ползучего залить в термосе 1 л кипятка на ночь, процедить

Принимать по 2/3-1 стакану в теплом виде 3-5 раз в день до еды от ревматизма

КАСТОРОВОЕ МАСЛО

При раздражении и покраснении слизистой оболочки глаз капните 1 каплю касторового масла в каждый глаз. Это уменьшит или снимет раздражение.

НАСТОЙ ОГУРЕЧНОЙ КОЖУРЫ

0,5 стакана кожуры свежих огурцов залить равным количеством кипятка, добавить 0,5 ч. л. пищевой соды

Применяется в виде примочек при воспалении глаз.

НАСТОЙ ЛИСТЬЕВ ГРЕЦКОГО ОРЕХА

1 ч. л. сухих листьев залить 1 стаканом кипятка, настоять, процедить.

Пить по 1 ст. л. 3-4 раза в день при воспалении глаз.

ОТВАР ПШЕННОЙ КРУПЫ

Пшенную крупу отварить и отваром промывать глаза на ночь за 30 минут перед сном при воспалительных заболеваниях глаз со слезотечением.

НАСТОЙ ПОЧЕК ТОПОЛЯ

2 ч. л. почек тополя черного (осокоря) залить стаканом кипятка, настаивать 30-45 минут, процедить

Принимать по 1 ст. л. 3-4 раза в день до еды при воспалении предстательной железы.

ОТВАР ЛИСТЬЕВ ЛЕЩИНЫ

ЦЕЛЕБНЫЙ КОМПРЕСС

Листья подорожника и тысячелистника, взятые в равных частях, промыть, обсушить, измельчить, смешать, завернуть в марлю

Получившийся компресс приложить к поврежденному участку кожи.

ЦЕЛЕБНАЯ МАЗЬ

Смешать толику нутряного свиного сала с толикой пшеничной муки, жарить на сковороде, затем добавить молоко и кипятить, пока состав не будет похож на пасту

Толстый слой этой мази намазать на чистую ткань и приложить к больному месту. Держать повязку в течение 10 часов для избавления от болячек, струпьев, парши и пр.

После 3-4 перевязок больной почувствует большое облегчение.

НАСТОЙКА КЛЕВЕРА

20 г соцветий клевера лугового с листочками настаивать в 0,5 л водки в течение 10 дней.

Принимать по 1 ст. л. 1 раз в сутки до обеда или перед сном для профилактики приступов головной боли, возникающей при атеросклерозе сосудов.

НАСТОЙ КЛЕВЕРА

1 ст. л. клевера лугового заваривать в стакане кипятка, настоять в течение 30 минут и процедить

Пить по 0,5 стакана 3 раза в день при головной боли.

НАСТОЙ ДОННИКА

2 ст. л. сухой измельченной травы донника лекарственного залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настоять 1-2 часа, процедить.

Пить по 1/3-1/2 стакана 2-3 раза вдень при головных болях, сопровождающих гипертоническую болезнь и мигрени.

СЕЛЕДКА

Если мигрень началась на почве мозгового переутомления, народная медицина рекомендует съесть селедку

СОК КАЛАНХОЭ ПЕРИСТОГО

Выжатый из свежих листьев и зеленой части стеблей каланхоэ сок применяется наружно при лечении воспалений век и заболеваний глаз.

МУМИЕ

Принимать 0,2-0,5 г мумие ежедневно в виде водного раствора в течение 28 дней при язвенном колите.

НАСТОЙ ЛОПУХА

10 г сухой измельченной травы лопуха большого (репейника) залить 1 стаканом кипятка, плотно закрыть, настоять.

Пить по 1 ст л. 4-5 раз в день для лечения колита.

ВАННА С НАСТОЕМ ЛИПОВОГО ЦВЕТА

8 горстей липового цвета залить 1 л воды, вскипятить, настоять до охлаждения, процедить и влить в ванну.

Принимать ванну в течение 10-15 минут при кишечной колике.

МАСЛО СЕМЯН ШИПОВНИКА

Ежедневно делать масляные клизмы температурой 39°С на протяжении 2-4 недель при язвенном колите.

ЧИСТОТЕЛ

Соком свежесорванного чистотела выводят бородавки и мозоли Растение сломать на «коленце» и соком регулярно смазывать бородавки, мозоли. Периодически следует подрезать почерневший спрут бородавок и продолжать смазывать их до исчезновения

Сок чистотела эффек

ШЕЛКОВИЦЫ

25 г коры корней шелковицы белой залить 2 стаканами кипятка, кипятить на слабом огне 20 минут, настаивать 3-4 часа, процедить.

Принимать по 2 ст. л. 3-4 раза в день перед едой **при легкой форме диабета.**

СОК СВЕКЛЫ

При сахарном диабете рекомендуется пить по 1/4 стакана 4 раза в день свежий сок свеклы красной.

НАСТОЙКА ЛУКА

Смешать 0,5л свежеприготовленного сока репчатого лука с 0,5 л 96%-ного винного (медицинского) спирта.

Принимать ежедневно по 1 ст. л. 5 недель **при сахарном диабете.**

Через 20 дней перерыва курс лечения можно повторить.

Настойку хранить в бутылке из темного стекла.

НАСТОЙ ПОЛЫНИ

1-2 ст. л. корней или травы полыни обыкновенной настаивать в 2 стаканах кипятка в течение 1-2 часов.

Пить по 0,5 стакана теплого настоя (можно с медом) 3-4 раза в день **при бессоннице, хронических нервных заболеваниях.**

НАСТОЙКА ПИОНА

10%-ную спиртовую настойку корня пиона уклоняющегося (марьин корень) принимать по 30-40 капель 3 раза в день **при бессоннице** как успокаивающее средство в течение 30 дней (вызывает некоторое повышение кислотности желудочного сока).

НАСТОЙ ГЕРАНИ

1 ст. л. измельченной травы или корней герани луговой настоять в 2 стаканах кипяченой охлажденной воды в закрытой посуде в течение 8 часов.

Пить настой небольшими порциями в течение дня **при бессоннице.**

ЛИСТЬЯ ОЛЬХИ

Натирать листьями больные **ния глаз.**

НАСТОЙ ЛИСТЬЕВ ГРЕЦКОГО ОРЕХА

1 ч. л. сухих листьев залить 1 стаканом кипятка, настоять, процедить.

Пить по 1 ст. л. 3-4 раза в день **при воспалении глаз.**

ОТВАР ПШЕННОЙ КРУПЫ

Пшенную крупу отварить и отваром промывать глаза на ночь за 30 минут перед сном **при воспалительных заболеваниях глаз со слезотечением.**

НАСТОЙ ПОЧЕК ТОПОЛЯ

2 ч. л. почек тополя черного (осокоря) залить стаканом кипятка, настаивать 30-45 минут, процедить

Принимать по 1 ст. л. 3-4 раза в день до еды **при воспалении предстательной железы.**

ОТВАР ЛИСТЬЕВ ЛЕЩИНЫ

1 ст. л. сухих измельченных листьев лещины обыкновенной (лесного ореха) залить 250 мл кипятка, кипятить на легком огне 10 минут, настаивать 30 минут, процедить.

Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 20-30 минут до еды **при гипертрофии простаты.**

НАСТОЙ СОЛОДКИ

1 ст. л. сухих измельченных корней солодки голой залить 0,2 л воды, кипятить на медленном огне 10 минут, настаивать 3 часа, процедить.

Пить по 1/4 стакана 3-4 раза в день за 30 минут до еды **при аденоме предстательной железы.**

ДЕГОТЬ

Для извлечения занозы наложите на пораженное место смазанную дегтем повязку и обмотайте ею палец или руку. Через 15-20 минут после этого заноза (даже если ей уже больше двух дней) вылезет наружу настолько, что ее можно будет захватить пинцетом или ниццетом и вытащить.

СМЕСЬ ГЛИНЫ С УКСУСОМ

Кусочек глины замесить в уксусе до получения кашицеобразной массы.

Намазать массу на полотно слоем в полпальца и приложить к больному месту **при нарыве,** появившемся на месте занозы, после укола или пореза, засорения ранки. Как только мазь станет подсыхать, ее надо заменить свежей.

КАШИЦА ИЗ КАЛАНХОЭ И ЛУКА

Для извлечения занозы можно наложить на пораженное место повязку с кашицей из свежих листьев каланхоэ, репчатого лука или корнеплода моркови.

лерозе сосудов.

НАСТОЙ КЛЕВЕРА

1 ст. л. клевера лугового заваривать в стакане кипятка, настоять в течение 30 минут и процедить.

Пить по 0,5 стакана 3 раза в день **при головной боли.**

НАСТОЙ ДОННИКА

2 ст. л. сухой измельченной травы донника лекарственного залить в термосе 0,5 л крутого кипятка, настоять 1-2 часа, процедить.

Пить по 1/3-1/2 стакана 2-3 раза вдень **при головных болях,** сопровождающих гипертоническую болезнь и мигрени.

СЕЛЕДКА

Если мигрень началась на почве мозгового переутомления, народная медицина рекомендует съесть селедку

ЧАИ ИЗ ЛИСТЬЕВ СМОРОДИНЫ

20 г измельченных листьев черной смородины залить 1 стаканом кипятка, настаивать 15 минут, процедить.

Пить по 1/3-1/2 стакана 3-4 раза в день как витаминное средство зимой и весной.

ЧАЙ ВИТАМИННЫЙ

Взять листья крапивы - 3 части и плоды рябины - 7 частей.

1 ст. л. смеси заварить 2 стаканами кипятка, кипятить 10 минут, настаивать в плотно закрытой посуде в прохладном темном месте 4 часа, процедить.

Пить по 0,5 стакана 3 раза в день.

Другой способ приготовления: 1 ст. л. смеси заварить в термосе 2 стаканами кипятка на ночь, процедить.

Принимать по 0,5 стакана 3 раза в день как витаминное средство

СВЕКЛА

При понижении остроты зрения рекомендуется съедать натощак по 100-150 г свеклы обыкновенной (столовой красной).

ТЮТИНА

Ягоды тутового дерева (шелковицы) в свежем виде используются в большом количестве как лечебный продукт **при почти полной утрате зрения.**

НАСТОЙ УКРОПА

1 ст. л. измельченной травы или семян укропа пахучего (огородного) залить 1,5 стакана кипятка, настоять, процедить.

Применяется для примочек **при глазных болезнях** (воспалении глаз и век).

влить в ванну.

Принимать ванну в течение 10-15 минут **при кишечной колике.**

МАСЛО СЕМЯН ЛЬНОВНИКА

Ежедневно делать масляные клизмы температурой 39°С на протяжении 2-4 недель **при язвенном колите.**

ЧИСТОТЕЛ

Соком свежесорванного чистотела выводят бородавки и мозоли. Растение сломать на «коленце» и соком регулярно смазывать бородавки, мозоли. Периодически следует подрезать почерневший спрут бородавок и продолжать смазывать их до исчезновения.

Сок чистотела эффективен также **при лечении папиллом** (доброкачественная опухоль кожи или слизистой оболочки в виде сосочков или «цветной капусты»), **кондилом** (остроконечные бородавки вирусного происхождения), **волчанки.**

Из чистотела делают мазь: траву проваривают с вазелином и жидкость сливают. Используют **для выведения бородавок, мозолей.**

Мазью чистотела, приготовленной по другому рецепту, пользуются **при лечении бородавок, мозолей, папиллом, кондилом.**

АЛОЭ

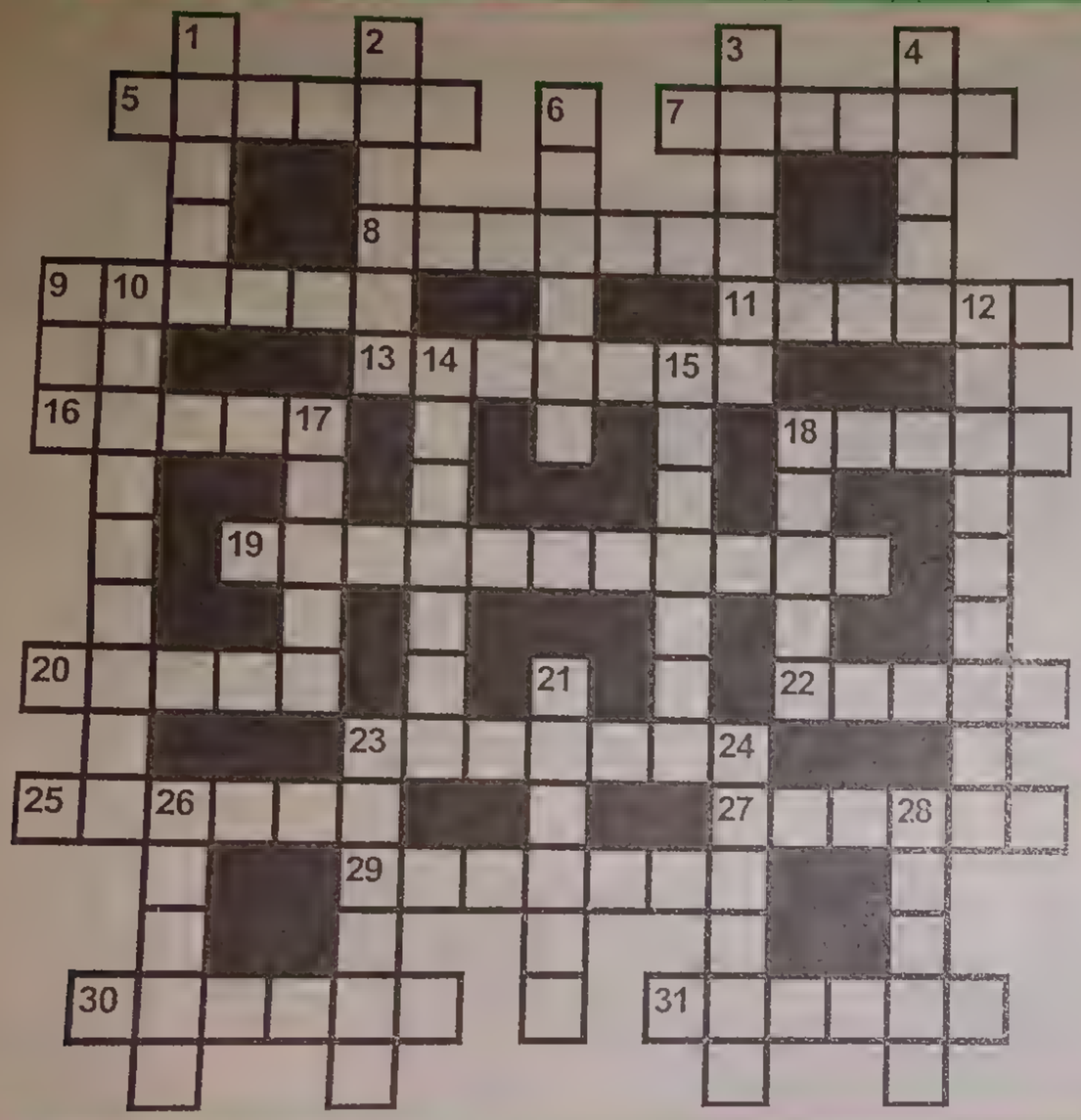
Чтобы удалить не поддающуюся иголке **занозу,** приложите к этому месту кусочек алоэ (столетника) срезом вниз и закрепите на коже лейкопластырем. Через день изъять занозу будет намного легче.

ЯГОДЫ ЗЕМЛЯНИКИ

Экзему лечат свежим ягодным соком. Можно взять спелые ягоды земляники лесной, размять, толстым слоем намазать на чистую льняную ткань и прикладывать к больному месту 3-4 дня подряд при экземах с нагноениями, **трещинами, струпьями.**

Б.В. Берков, Г.И. Беркова. «Феникс»

5 МИНУТЫ ОТДЫХА



Кроссворд

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Банная принадлежность. 2. Драпировка. 3. Населенный пункт на острове Гоцо (Мальта). 4. Исполнитель ролей. 6. Доказательство. 10. Спортивные состязания. 12. Агрессор. 14. Стадия зародышного развития хордовых животных и человека. 15. Летчик-космонавт, дважды герой Советского Союза. 17. Жидкость, применяемая в парилке. 18. Женское имя. 21. Один из основных жанров фольклора. 23. Летательный аппарат. 24. Растение семейства аралиевых. 26. Топливо. 28. Лекарственное растение.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

5. Высший показатель в спорте. 7. Соглашение. 8. Отделение бани. 9. Медицинский работник. 11. Повреждение машины. 13. Специалист с техническим образованием. 16. Первая часть сложных слов, указывающая на отношение к малым величинам. 18. Узкая полоска ткани. 19. Автор стихотворения «В бане». 20. Ограда. 22. Город в Нидерландах. 23. Летчица-штурман, герой Советского Союза. 25. Женское имя. 27. Занятие, труд. 29. Вместилище. 30. Древнеиранский памятник, свод религиозных и юридических предписаний. 31. Горючий шнур.

Составил ВК

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД В «РБС» №11-2000

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
А	Г	С	Ш	С	Н	К	Э	Г	Д	К	Л	Э	О	К	П	М	Р	К	К	П
					с	о	в	э	и	а	е	к	р	о	а	е	е	в	э	е
а	л	о	п	и	а	м	к	р	р	р	й	с	а	б	п	р	с	а	л	р
н	и	р	о	п	т					т	к	т	т	е	и	з	т	р	э	е
г	о	о	в	и	о	и	л	и	х		о	р	о	л	р	л	о	т	р	г
а	д	в	н	д	р	н	и	т	т	н	ч	а	р	я	о	о	р	и	и	р
р	о	к	и	а	о	а	п	у	о	к	и	к	и	к	с	т	а	р	ш	е
д	р	а	к	р	д	т	т	р	р	а	т	т	я	и	а	а	н	а	и	в

ЮМОР

- Дорогой, что ты скажешь, если мы сыграем свадьбу на Рождество?

- Ах, оставь, пожалуйста! Стоит ли портить себе праздники?

- Какого мнения обо мне твои родители? - спрашивает [illegible] девушку

- Еще не знаю. Папа молчит, а мама ждет, что он скажет, чтобы заявить, что он не прав!

- Француз, - говорит француженка, - завоевывает женщину нежностью. Сначала он [illegible] ей кончики пальцев

следует быть осторожнее, когда мы говорим в присутствии Аленки. Она кое-что уже начинает понимать и задает щекотливые вопросы

- Например?

- Например, почему я вышла за тебя замуж?

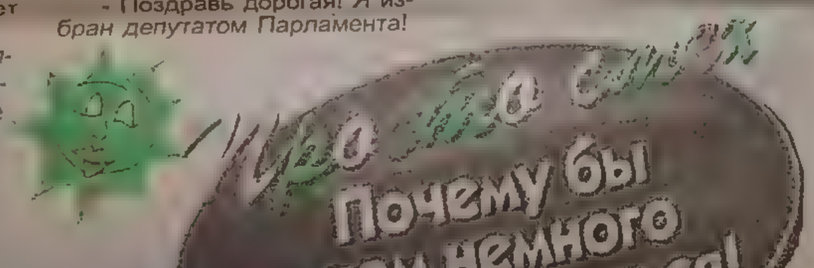
- Поздравь дорогая! Я избран депутатом Парламента!

или тряпка? Хватит мне плыть по течению». И пошел домой

- Это что, любовь с первого взгляда?

- Нет, со второго. Когда он первый раз увидел ее, он не знал, что она богата.

- Вы знаете какой-нибудь



Молодая женщина жалуется подруге:

- Мой муж стал невыносим, приходит поздно, навеселе, не отдает зарплату. Я уже похудела на десять килограммов.

- Бедняжка, зачем же ты так мучаешься! Почему не бросишь его?

- Понимаешь... я хочу похудеть еще на два килограмма.

- Как твои дела с женихом? - интересуется подруга.

- Прекрасно. Мы спорим только об одной мелочи, дело в том, что я хочу регистрироваться в белом платье...

- А он?

Женщина жалуется подруге:

- Последние пять лет Жан на меня буквально не смотрит. Если со мной что-нибудь случится, он даже не сможет опознать тело!

- Как ты себя чувствуешь после свадьбы?

- Ничего. Только одно меня расстраивает он женился удачнее, чем я вышла замуж.

Две женщины говорят про третью:

- Она купила чудесное белье, когда шла к врачу, и теперь страшно расстроена.

- Верно, он постоянно заходит в комнату с грязными ногами, садится у камина и ждет, когда его покормят.

Пожилой мужчина ухаживает за молоденькой девушкой. Наконец, он говорит ей:

- Я просто не могу представить себе как я так долго мог жить без вас?

- Что ж тут странного? В первые пятьдесят лет вашей жизни я просто еще не родилась.

- Жена так следит за порядком в доме, что я больше не могу этого вынести.

- Послушай, это [illegible]

♣♣♠

- Дорогой, что ты скажешь, если мы сыграем свадьбу на Рождество?

- Ах, оставь, пожалуйста! Стоит ли портить себе праздники?

♣♣♠

- Какого мнения обо мне твои родители? - спрашивает парень девушку.

- Еще не знаю. Папа молчит, а мама ждет, что он скажет, чтобы заявить, что он не прав!..

♣♣♠

- Француз, - говорит француженка, - завоевывает женщину нежностью. Сначала он целует ей кончики пальцев, потом руку, уши, шею...

- Бог ты мой, - вздыхает американка, - американец за это время уже возвращается из свадебного путешествия.

♣♣♠

- Ты слышала, наша Ирэн выходит замуж?

- За кого же?

- За ее бывшего одноклассника.

- Это хорошо. Такому пожилому человеку уже давно пора остепениться.

♣♣♠

Жена:

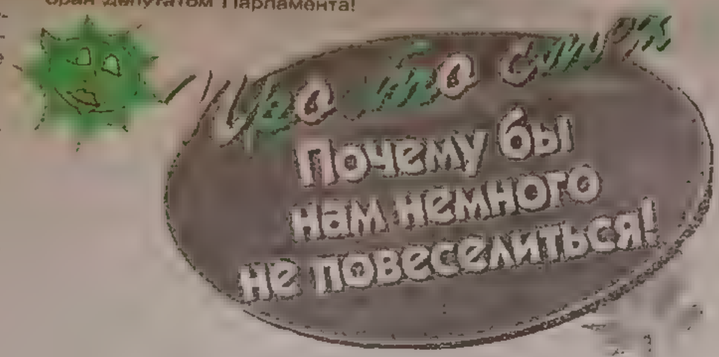
- Знаешь, дорогой, нам следует быть осторожнее, когда мы говорим в присутствии Аленки. Она кое-что уже начинает понимать и задает щекотливые вопросы.

- Например?

- Например, почему я вышла за тебя замуж?

♣♣♠

- Поздравь дорогая! Я избран депутатом Парламента!



- А ты не обманываешь?

- Нет, любимая! Это уже теперь не надо.

♣♣♠

- Почему ты не убрал квартиру? - строго спрашивает жена мужа.

- Никак не мог, дорогая. Весь день я ждал тебя с распростёртыми объятиями!

♣♣♠

- Что общего между блондинкой и бутылкой пива?

- Они обе пустые, начиная от горлышка...

♣♣♠

Петров очень не хотел пива. Но все мужики пошли в пивную, и он пошел с ними. Петров очень не хотел курить, но все мужики задымили, и он закурил тоже. Когда все пошли на работу, Петров подумал: «Мужик я или тряпка? Хватит мне плыть по течению». И пошел домой.

♣♣♠

- Это что, любовь с первого взгляда?

- Нет, со второго. Когда он первый раз увидел ее, он не знал, что она богата.

♣♣♠

- Вы знаете какой-нибудь рецепт против любви с первого взгляда?

- Да, взглянуть второй раз.

♣♣♠

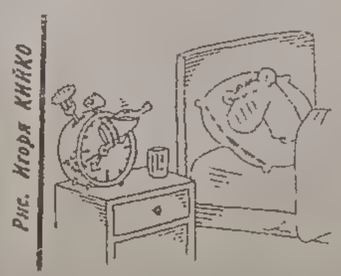
- Миша, почему ты такой грустный?

- Завтра выдают замуж мою невесту...

- Что ты говоришь?! А за кого?

- За меня...

♣♣♠



- Моя жена умеет вкусно готовить, но не хочет, - жалуется один из завсегдатаев бара.

- Мне хуже, моя жена готовит, хотя совершенно не умеет.

♣♣♠

Молодая женщина жалуется подруге:

- Мой муж стал невыносим, приходит поздно, навеселе, не отдает зарплату. Я уже похудела на десять килограммов.

- Бедняжка, зачем же ты так мучаешься! Почему не бросишь его?

- Понимаешь... я хочу похудеть еще на два килограмма.

♣♣♠

- Как твои дела с женихом? - интересуется подруга.

- Прекрасно. Мы спорим только об одной мелочи, дело в том, что я хочу регистрироваться в белом платье...

- А он?

- Он вообще не хочет регистрироваться.

♣♣♠

- Почему у тебя такой сосредоточенный вид?

- Я пытаюсь настроить себя на то, чтобы пойти завтра на свадьбу.

- На чью?

- На собственную

♣♣♠

- Ну что мне делать? Мечтаю жениться и никак не угожу своей матери. Ни одна из моих девушек ей не нравится...

- Очень просто. Надо найти такую, которая похожа на нее!

- Нашел, так отец закатил скандал...

♣♣♠

- А кто познакомил тебя в свое время с твоей женой?

- Мы познакомились совершенно случайно, и я никого не могу в этом обвинить.

♣♣♠

Сын миллиардера женился против воли родителей на бедной девушке и послал своего приятеля известить их об этом.

- Только сразу не говори, - предупреждал он. - Их надо подготовить к этому. Скажи сначала, что я умер.

♣♣♠

Женщина жалуется подруге:

- Последние пять лет Жан на меня буквально не смотрит. Если со мной что-нибудь случится, он даже не сможет опознать тело.

♣♣♠

- Как ты себя чувствуешь после свадьбы?

- Ничего. Только одно меня расстраивает: он женился удачнее, чем я вышла замуж.

♣♣♠

Две женщины говорят про третью:

- Она купила чудесное белье, когда шла к врачу, и теперь страшно расстроена, что врач попросил показать только язык.

♣♣♠

- На днях в разговоре со мной ваш муж утверждал, что живет как собака

- Верно, он постоянно заходит в комнату с грязными ногами, садится у камина и ждет, когда его покормят

♣♣♠

Пожилой мужчина ухаживает за молоденькой девушкой. Наконец, он говорит ей:

- Я просто не могу представить себе, как я так долго мог жить без вас!

- Что ж тут странного? В первые пятьдесят лет вашей жизни я просто еще не родилась.

♣♣♠

- Жена так следит за порядком в доме, что я больше не могу этого выносить.

- Послушай, это же превосходно!

- А ты представляешь себе, что встаешь ночью и идешь на кухню попить воды, а через две минуты ты возвращаешься, твоя постель уже убрана.

Щедрого Вам жара!

Баня парнг – здоровье дарнг

Русская БАНЯ сауна

Еженедельная научно-популярная благотворительная газета

Газета перерегистрирована в Минпечати РФ. Рег. св-во ПИ №77-5483

Учредитель: ООИ «Поиск»

Адрес для переписки: 362040, Россия, Республика Северная Осетия-Алания, г. Владикавказ, а/я 78

☎ 33-71-63, 77-69-68

Главный редактор В.К. ЦАРИКАЕВ

Компьютерная верстка и дизайн Н.М. ПРОВОТОРОВА

Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов. Ответственность за рекламу несет рекламодатель. Перепечатка разрешается только с согласия редакции. Ссылка на «РБС» обязательна.

Тираж 10 000 экз.
Цена свободная
(часть тиража распространяется бесплатно)
Отпечатана в РИПП им. В.А. Гассиева г. Владикавказ, ул. Тельмана, 16
Подписано в печать 15 ноября 2000 г.
Индекс в каталоге 32767

СТОМАТИТ. ВО РТУ БОЛИТ...
Что советует врач? 3 стр.

ХОЧЕШЬ СТАТЬ АТЛЕТОМ?
Гантельная гимнастика 4 стр.

ЖИВИТЕ ДОЛГО!

ТВОЕ ЗДОРОВЬЕ

№24 (237) июнь 2002 г.

КАЛЕНДАРЬ «ЗЕЛЁНОЙ» АПТЕКИ

СОБИРАЕМ В ИЮНЕ

Горец птичий (спорыш)

Лекарственное растение, заготовить которое неплохо страдающим хроническим циститом и мочекаменной болезнью.

Это однолетнее травянистое растение с мелкими листочками эллиптической формы, с мелкими невзрачными цветками, собранными в пучок в пазухах листьев. Цветение начинается в июне и длится все лето. В это время и собирают траву, срезая ножом верхнюю часть растения длиной до 40 см.

Фармакологическое действие: увеличивает диурез, оказывает противовоспалительное и антисептическое действие, способствует отхождению конкрементов при камнях в почках и мочевом пузыре. Ускоряет свертываемость

Рецепты. Столовую ложку измельченной травы залить 200 мл воды, нагреть 15 мин. на кипящей водяной бане, процедить, довести до первоначального объема, залив кипяченую воду. Принимать по 2 столовые ложки 3 раза в день.

Горец птичий - 300 г, бессмертник песчаный - 60 г. Сбор заварить 2 стаканами кипятка, настоять 1 час, процедить. Народные лекари советуют принимать по 1 стакану 3-4 раза в день при почечной колике.

Грыжник гладкий

Также с июня можно начать заготовку грыжника. Это невысокое травянистое растение с мелкими желто-зелеными цветками. Он помогает при хроническом пиелонефрите, цистите, мочекаменной болезни, подагре, отеках сердечного и почечного происхождения, хроническом холецистите, гастрите, колите, наружно при дерматитах.

Рецепт. Столовую

КАК СНИЗИТЬ ДАВЛЕНИЕ

2 столовые ложки **хвоща полевого** (надземные части летнего стебля) заливают стаканом кипятка. Пьют по 1/4 стакана 4 раза в день.

1 стол.ложку цветков **клевера лугового** заваривают стаканом кипятка. Настаивают 30 мин. Процеживают и пьют по 1/2 стакана 4 раза в день.

2 ст.ложки **боярышника кроваво-красного** (цветки и листья) заливают 500 мл кипятка, выдерживают в течение 2 часов, процеживают. Принимают по 1/2 стакана 3 раза за полчаса до еды.

Мелко нарезанные **листья брусники** (3-4 ч.ложки) варят 5-10 минут в 500 мл воды. Настаивают 15-20 минут, процеживают и пьют по 100 мл 3-4 раза в день.

МОЛОЧНЫЕ «ПРИМОЧКИ»

При псориазе. Налить в кастрюлю молока, довести до кипения, держать на небольшом огне 3-5 минут. Затем вылить молоко в другую посуду. Белый налет, оставшийся на стенках кастрюли, собрать и смазывать им больные места.

При болезнях печени. Выпивать ежедневно натощак стакан смеси молока со свежеприготовленным морковным соком в пропорции 1:1. Для усиления лечебного воздействия завтрак должен быть не ранее чем через час-полтора после приема смеси. Продолжительность лечения не огра-

В НОМЕРЕ:

СЛЫХАЛИ?

ГДЕ КАК ЛЕЧАТ

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) опубликовала рейтинг стран по уровню мо-

июне и длится все лето. В это время и собирают траву, срезая ножом верхнюю часть растения длиной до 40 см.

Фармакологическое действие: увеличивает диурез, оказывает противовоспалительное и антисептическое действие, способствует отхождению конкрементов при камнях в почках и мочевом пузыре. Ускоряет свертываемость крови, поэтому применяется при маточных, кишечных и геморроидальных кровотечениях.

раза в день при почечной колике.

Грыжник

Также с июня можно начать заготовку грыжника. Это невысокое травянистое растение с мелкими желто-зелеными цветками. Он помогает при хроническом пиелонефрите, цистите, мочекаменной болезни, подагре, отеках сердечного и почечного происхождения, хроническом холецистите, гастрите, колите, наружно при дерматитах.

Рецепт. Столовую ложку измельченного сырья залить 2 стаканами кипятка, настоять час, процедить. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день.

МОЛОЧНЫЕ «ПРИМОЧКИ»

При псориазе. Налить в кастрюлю молока, довести до кипения, держать на небольшом огне 3-5 минут. Затем выжать молоко в другую посуду. Белый налет, оставшийся на стенках кастрюли, собрать и смазывать им больные места.

При болезнях печени. Выпивать ежедневно натощак стакан смеси молока со свежеприготовленным морковным соком в пропорции 1:1. Для усиления лечебного воздействия завтрак должен быть не ранее чем через час-полтора после приема смеси. Продолжительность лечения не ограничена. Критерий – самочувствие пациента.

При кровоизлияниях в мозг и сильных головных болях из-за нервного перенапряжения. Принимать один раз в день смесь из 200 г свежего козьего молока с 1 ст.ложкой ягод калины, протертых с 1 чайной ложкой натурального меда. При гипертонии дозу можно увеличить до 2-3 стаканов смеси в день.

(Из собрания украинского целителя С.К.Калиновского.)

СЛЫХАЛИ?

ГДЕ КАК ЛЕЧАТ

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) опубликовала рейтинг стран по уровню медицинских услуг. Согласно исследованию, лучше всего лечат во Франции. Следом за ней в первую десятку входят Италия, Сан-Марино, Андорра, Мальта, Сингапур, Испания, Оман, Австрия и Япония. Великобритания занимает 18-ю строчку, Швейцария – 20-ю, Германия - 25-ю, США - 37-ю, Китай - 144-ю. Россия в этом рейтинге находится на 130-м месте, пропуская вперед большинство республик бывшего СССР. Среди них наилучшие показатели у Казахстана, который помещен на 64-ю строку.

ГРЕЧЕТЕРАПИЯ

О ПОЛЬЗЕ ПРОСТОЙ ГРЕЧКИ

- Хотелось бы узнать простой способ повышения гемоглобина.

К.КАЛУГИНА, с.Безводное, Ярославская обл.

- Измельчите сухую гречневую крупу в кофемолке, предварительно прокалив ее на сковороде. Принимайте по 2 ст.ложки 4-5 раз в день, запивая теплым кипяченым молоком. Сочетайте это лечение с ежедневным приемом гречишного меда (3 раза в день по столовой ложке).

- Есть ли народные средства при болезнях щитовидной железы?

С.В.ВАСИЛЬЕВ, г.Кострома.

- Предлагаем вам опять-таки воспользоваться гречетерапией. Возьмите по 1 стакану гречи, грецких орехов и гречишного меда. Перемелите крупу, измельчите орехи, все перемешайте, сложите в стеклянную банку. Один раз в неделю ешьте только эту смесь и пейте чай, воду.

- Мне нужен горчичный пластырь.
- Горчичного, к сожалению, нет, может, вас устроит с майонезом?

* * *

Врач говорит мужу пациентки:
- Боюсь, сэр, я ничем не могу вам помочь, болезнь вашей жены - наследственная.
- Ну тогда и счет за визит перешлите моему тестю.

* * *

- Вот вам лекарство, принимайте по 3 чайные ложки 2 раза в день.
- Но у меня дома только 2 чайные ложки...

* * *

Неудачник приходит к психиатру:
- Доктор, дело тронулось! Сегодня я уронил бутерброд, и он упал маслом вверх!
Доктор берет из рук пациента бутерброд, долго его изучает и говорит:
- Да нет, батенька, просто вы его намазали не с той стороны.

* * *

Больной жалуется врачу:
- У меня это... Вот... Ну как называется, когда забываешь?
- Долги?

"ТВОЕ ЗДОРОВЬЕ"
№24, июнь 2002 года

ПЕРЕПИСКА

РЕЦЕПТ ИЗ КОНВЕРТА

«ГОРЯЧАЯ ПРОКАТКА»

Мы с мужем - огородники со стажем. Просто так нам урожай не достается. Так, бывает, наломаешься, наползаешься по грядкам, что разогнуться можно только с помощью крана. А то и вовсе радикулит разобьет. Тут мы сразу же используем испытанный способ - горячий валик.

Берем два махровых (обязательно!) полотенца размером 1 м на 50 см, не меньше. Складываем каждое пополам поперек полотна. Одно полотенце надо очень плотно скатать в воронку так, чтобы его острая часть чуть-чуть загибалась в бок. А вторым полотенцем плотно обернуть первое. После этого медленно и аккуратно, чтобы не обжечь руки, залить 1 л кипящей воды в полученный валик, подождать, пока вода полностью впитается в ткань. А дальше начинается основное лечение. «Прокатываем» спину друг друга этим валиком. По времени все зависит от терпения: кто сколько выдержит «горячую прокатку». При этом наружное полотенце надо постепенно разматывать и скатывать тоже в валик. Это делается для того, чтобы основной валик оставался влажным и горячим. Когда процедура закончилась, протираем снизу сухим полотенцем и - сразу в постель. Такой способ нам очень помогает, но не советуем его гипертоникам и сердечникам.

М.СЕРГЕЕЧЕВА, г.Тула.

ПРИЛИПЧИВЫЙ МОЛЛЮСК

У моего сына с годика моллюски. Не можем вылечить. Два раза удаляли, появляются вновь. Сейчас ребенку полтора года. Врачи ничего определенного сказать не могут. Может быть, с помощью газеты удастся что-то прояснить? И что это за болезнь?

Елена К., Н.Новгород.

- К сожалению, никакие чудодейственные средства избавления от контагиозного моллюска нам неизвестны. Это заболевание вирусной природы. Возбудителя относят к вирусам оспенной группы. Заболеть могут и дети, и взрослые. Разница в том, что дети заражаются при прямых контактах - соприкосновением ручек, через грязные игрушки и т.д., а взрослые - половым путем.

Проявления болезни: мелкие, с булавочную головку узелки полушаровидной формы, по цвету совпадающие с нормальной окраской кожи или чуть розовее. В середине узелка - ямка. Если надавить на него ногтями, выделяется белесоватая кашицеобразная масса, в которой встречаются специфические округлые или моллюскообразные тельца. Попав на здоровую кожу из лопнувшего узелка, эти тельца вызывают новые высыпания, которые появляются через 45-60 дней. Поэтому лечить моллюски домашними средствами не советуем.

Существует два варианта развития болезни. В первом случае она через 2-3 месяца проходит самостоятельно. Во втором - длится неопределенно долго.

Ничего иного, кроме удаления у врача с последующим смазыванием настойкой йода и обработкой противовирусными мазями, современная медицина не предлагает. Другого специфического лечения нет. Но укрепление иммунитета, безусловно, пойдет на пользу вашему ребенку и поможет организму самому справиться с привязчивым вирусом.

МИНИ-СОВЕТИК

СЛЕДИМ ЗА ФИГУРОЙ

Быстро похудеть вы сможете, если [illegible] ностью откажетесь от употребления [illegible] только для фигуры, но и для [illegible] течение дня [illegible] трастный душ, [illegible] холодную и теплую [illegible] две 15 секунд. При этом мысленно представ[illegible] фигуру [illegible]

ПАРА СТРОЧЕК НА ОТВЕТ

- Можно ли пользоваться декоративной косметикой при атопическом дерматите?

Полина, г.Смоленск.

- Можно, но, покупая крем или лосьон, обратите внимание, не содержит ли он аллергены. Идеальный вариант - при подборе косметики проконсультироваться с косметологом.

* * *

- Можно ли ставить горчичники женщине, если у нее фиброма?

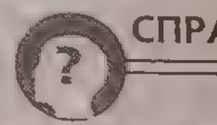
Светлана Т., г.Тула.

- Нет, нельзя. Остальные тепловые процедуры также под запретом.

МИНИ-СОВЕТИК

СОН ПРИХОДИТ НА ПОРОГ...

Болезней выздоровеет быстрее, если в изголовье вы положите веточку осины с зелеными листьями. Еще несколько листьев скатайте в шарик и, сильно надавливая, очертите им вокруг кровати замкнутый контур. И пусть вас не смущают скептические улыбки окружающих. Здоровый сон стоит этих улыбок! Этот совет дает колдун России Юрий Тарасов.



СПРАШИВАЛИ?

СКОРЕЙ ВСЕГО - НЕВРАЛГИЯ

Мне 27 лет. Вот уже довольно длительное время беспокоят боли различного характера в области сердца. С этим я пришёл к терапевту, далее известный маршрут: анализы, ЭКГ, и известный ответ: у вас хорошая кровь и ритмы сердца нормальные. Далее совет обратиться к психотерапевту. Но ведь у меня практически постоянная ноющая всю область груди болям, при которых невозможно глубоко вдохнуть, я уже привык, т.к. они появлялись у меня и в ранней юности, хотя и гораздо реже. Вообще меня всё это сильно угнетает и страшит. Посоветуйте, к каким врачам ещё стоит обратиться, какие лекарства принимать?

Сергей ЦИПИН, г.Пенза.

ОСТОРОЖНО: ЯДОВИТО!

Елена Ильина

сердечникам.

М.СЕРГЕЕЧЕВА, г.Тула.

...ют скептические улыбки окружающих. Здоровый сон стоит этих улыбок! Этот совет дает колдун России Юрий Тарасов.

ОСТОРОЖНО: ЯДОВИТО!

Белена черная - одурь трава, блекота, бесиво, чертово зелье. В народе существует нарицательное название неуправляемого человека - ведет себя, будто белены объелся.

Стебли (высотой до метра) покрыты пушком, издают дурной запах, листья мягкие, железистые. Цветки крупные, грязно-желтоватые, у основания темно-фиолетовые. Зацветает белена на втором году жизни, а в первый год из семени развивается прикорневая розетка из листьев. Цветет все лето. Бутоны и плоды напоминают кувшинчики с крышечкой. При созревании семян крышечки открываются.

Достаточно съесть 5-6 семян белены, как через полчаса бешено заколотится сердце, повышается артериальное давление, кожа иссушается, пропадает слюна, появляется тошнота и неукротимая рвота. Зрачки расширяются и не реагируют на свет, все тело приобретает багровый оттенок. Отравленный беленою теряет контроль над собою, как будто душа оставила его, а безумство обуяло... Он смеется, бредит, стремится куда-то бежать, машет руками, как будто хочет взлететь, с кем-то невидимым говорит, находится во власти галлюцинаций и судорожно дергается. Если ему не оказать срочную помощь, то из-за паралича дыхательной системы может наступить смерть.

Еще античные врачи считали, что на каждый яд существует противоядие. Советовали при отравлениях пить в больших количествах козье молоко, промывать желудок водою с содой или же зольной водой, давать пострадавшим медовую воду, отвары семян редьки черной, горчицы, крапивы, а также воду, настоянную на луке, чесноке. Вызывали рвоту.

Сегодня медицина рекомендует в таких случаях специальную терапию. В качестве противоядий применяют прозерин, физостигмин салицилат, пилокаулина гидрохлорид, растворы которых вводят подкожно.

© «Предупреждение».

вольно длительное время беспокоят боли различного характера в области сердца. С этим я пришёл к терапевту, далее известный маршрут: анализы, ЭКГ, и известный ответ: у вас хорошая кровь и ритмы сердца нормальные. Далее совет обратиться к психотерапевту. Но ведь у меня практически постоянная ноющая тупая боль в левой стороне груди. Она переходит на спину, усиливается при повороте туловища. Сбои ритма сердца даже мешают дыханию. Становится страшновато - того и гляди, сердце остановится, а у меня жена и маленький сын... К пронизывающим при которых невозможно глубоко вдохнуть, я уже привык, т.к. они появлялись у меня и в ранней юности, хотя и гораздо реже. Вообще меня всё это сильно угнетает и страшит. Посоветуйте, к каким врачам ещё стоит обратиться, какие лекарства принимать?

Сергей ЦИПИН, г.Пенза.

У вас, скорее всего, невралгия. Чтобы убедиться, что это невралгия, примите 1-2 таб. ибупрофена, когда возникнет боль. А вообще обратитесь к невропатологу, сделайте рентген шейного и грудного отдела позвоночника. И, конечно, успокойтесь, для этого попейте валериану, пустырник, витамины, боярышник.

НИЗКОЕ ДАВЛЕНИЕ

ВОПРОС - ОТВЕТ

- Давление держится на уровне 90/60. Означает ли это гипотонию?

- Диагноз «гипотония» не всегда оправдан, так как систолическое давление около 100 мм рт. ст., не сопровождающееся головными болями и общей слабостью, недомоганием, является генетической особенностью.

Гипотония - это систолическое давление ниже 80 мм рт. ст. с появлением головной боли, общей слабости, недомогания. Первичная гипотония, или конституциональная гипотония, характеризуется падением давления при переходе в вертикальное положение, иногда утром при вставании, потерей сознания, понижением температуры тела, замедлением сердечной деятельности, худобой и другими признаками. Однако необходимо исключить вторичные гипотонии, нередко протекающие с обмороками, которые могут быть обусловлены другими заболеваниями.

- Существует ли гипотонический криз и в чем он выражается?

- Это внезапное падение давления - 80/60 мм рт ст. и ниже - головокружение, обморочное состояние. Как правило, бывает при вторичных гипотониях.

- Можно ли умереть от гипотонии?

- От первичной, конституциональной гипотонии - нет.

- Что врачи рекомендуют гипотоникам?

- Больным, страдающим первичной, конституциональной гипотонией, - кордиамин в каплях и инъекциях, кофеин в таблетках и инъекциях, настойки женьшеня, китайского лимонника, пантокрин и другие тонизирующие препараты. Не следует ограничивать прием поваренной соли. При склонности к обморокам при переходе в вертикальное положение целесообразно надевать плотные чулки, медицинские колготки или перевязывать ноги эластичным бинтом. Вставать с кровати после сна медленно. Полезно санаторно-курортное и физиотерапевтическое лечение. Все лечебные мероприятия должны быть согласованы с врачом.

МИНИ-СОВЕТИК

КАПУСТНЫЙ КОМПРЕСС

Головная боль пройдет или станет значительно слабее, если прижаться лбом к оконному стеклу, потому что оно нейтрализует электрический заряд, скопившийся на теле и вызывающий болезненные ощущения. Можно также прибинтовать ко лбу и вискам свежие капустные листы, предварительно скомкав его, чтобы он пустил сок. Этим соком смажьте запястья рук и углубления за ушами.

ГДЕ ОТДЫХАТЬ С ДЕТЬМИ?

Обычно при выборе места для оздоровления детей исходят из климатических условий того или иного района. Итак, выбирайте.

Средняя полоса России. Тут летом в меру солнца и дождей, нет сильных ветров, и любому ребенку здесь нетрудно акклиматизироваться.

Районы лесов умеренной зоны - лучшее место для ослабленных детей, для ребятишек с заболеваниями нервной системы, а также страдающих хроническими заболеваниями органов дыхания.

Северный Кавказ или юг Забайкалья. Северянам приходится тут попотеть. Получается что-то вроде сауны. Сюда хорошо привозить детей, склонных к частым заболеваниям верхних дыхательных путей и легких. Однако того благоприятного действия на нервную систему, как в средней полосе, здесь нет.

В средиземноморском климате южного берега Крыма и северо-западной части Кавказского побережья Черного моря (от Анапы до Туапсе) дети акклиматизируются довольно быстро. Полезнее всего эти места детям с хроническими бронхолегочными заболеваниями и болезнями носоглотки, а также страдающим частыми респираторно-вирусными инфекциями.

Западное побережье Крыма и Черноморское побережье Украины сочетают черты приморского и степного климата. Здешние климатические условия - сильный раздражитель для организма, поэтому тут дети хорошо закаляются. В Евпатории детям, страдающим хроническим тонзиллитом, фарингитом, помогут и целебные грязи.

"ТВОЕ ЗДОРОВЬЕ"
№24, июнь 2002 года

Помогите избавиться от стоматита. Совсем он меня измучил. Чем только я не лечилась. Ничего не помогает. Боюсь, как бы это заболевание не перешло вовнутрь. Ведь стоматит бывает и на миндалинах, и на гландах... Очень прошу, подскажите, как вылечиться.

С уважением В.П.,
г.Юрьев-Польский
Владимирской области.

ОЙ, ДЕРЕТ! ОЙ, БОЛИТ! ПРИВЯЗАЛСЯ СТОМАТИТ

Консультирует кандидат медицинских наук, врач-стоматолог Нижегородской областной клинической больницы имени Н.А.Семашко Ольга Валерьевна ФАДИЕВА.

- Стоматит - это воспаление слизистой оболочки полости рта. Однако он может развиться не только как самостоятельное заболевание, но и быть симптомом других болезней. Например, кори, скарлатины, гриппа, кандидоза.

Предрасполагают к стоматиту обострения хронических заболеваний внутренних органов, нервной системы, недостаток в пище витаминов, нарушение обмена веществ или функции желез внутренней секреции. Курение, употребление крепких спиртных напитков, прием очень горячей или очень холодной, чрезмерно кислой или соленой пищи также могут стать причиной стоматита. Иногда он может возникнуть при повышенной чувствительности организма к некоторым лекарствам.

Существуют разные формы стоматита, но все они имеют схожие признаки: покраснение слизистой оболочки полости рта, отек близлежащих тканей, боль, увеличение подчелюстных лимфатических узлов. Стоматит может протекать в острой форме и быть хроническим.

Вот некоторые из видов сто-

кие явления часто сопровождают ангину, грипп и другие инфекционные заболевания.

Язвенно-некротический стоматит обычно начинается с появления на деснах маленьких язвочек, которые покрываются серым налетом. Впоследствии эти язвы распространяются и на другие участки слизистой оболочки полости рта, иногда на язык. Болезнь протекает с повышением температуры тела, ознобом.

Существует еще так называемый афтозный стоматит. Хотя он развивается как самостоятельный процесс, но чаще всего такая форма заболевания связана с неполадками в органах пищеварения. Сначала у пациентов отмечается общее недомогание. Затем в полости рта образуются небольшие язвы, покрытые желтым налетом - афты. Они окружены красным ободком и бывают очень болезненны.

Афтозный стоматит нередко перерастает в хронический.

Если курите, то при стоматите курение нужно прекратить. Также исключить прием спиртных напитков и острой, кислой, соленой и горячей пищи. Следите за тем, чтобы в рационе было как можно больше витаминов.

ями желудочно-кишечного тракта (гастритом, колитом) или печени. Кстати, именно этот вид стоматита может наблюдаться и у обратившейся в газету читательницы. Чтобы подтвердить или исключить наличие патологии в желудочно-кишечном тракте, ей нужно обратиться к гастроэнтерологу. Также иногда образование небольших язвочек на слизистой оболочке рта может быть вторичным проявлением сифилиса. Поэтому больной, возможно, потребуется и консультация венеролога.

Лечение всех форм стоматита иногда требует большой настойчивости. Часто необходимо общее обследование больного для выявления заболевания внутренних органов, вызвавших стоматит. Поэтому очень важно вовремя обратиться к стоматологу. Самостоятельное же лечение чревато осложнением. Особенно самим не следует принимать антибиотики и использовать какие-либо прижигающие средства.

Для уменьшения болезненности слизистой оболочки полости рта дома, по рекомендации врача, можно полоскать рот раствором перекиси водорода (1 чайная ложка раствора на полстакана воды), раствором фурацилина (1 таблетка на стакан воды), розовым раствором марганцовки, теплым отваром ромашки или

В УШАХ «БУМ-БУМ» - НЕПРИЯТНЫЙ ШУМ

Мне 70 лет. Считаю, что для такого возраста чувствую себя неплохо. Каждое утро я начинаю с 15-минутной зарядки. Затем около часа бегаю на улице трусцой. В субботу хожу в баню. В общем все бы ничего, если бы ни одно «но». Ночью меня беспокоит внезапно начинающийся шум в ушах. Точнее даже не шум, а удар. После него я уже заснуть не могу. Кстати, такой неожиданный «бум» в ушах у меня бывает ночью только один раз и затем не повторяется. Если можете, напишите, пожалуйста, как избавиться от такой неприятности.

Заранее благодарю,
Александр Николаевич,
г.Барнаул.

Здравствуйте, уважаемая редакция.

Напишите, от чего бывает шум в ушах. Это не больно, но очень уж неприятно. Посоветуйте какие-нибудь способы лечения.

С уважением В.А.,
г.Северодвинск,
Архангельская обл.

Консультирует врач-невролог высшей категории из г.Нижнего Новгорода Татьяна Владимировна ЕФИМОВА.

Причины возникновения шума, жужжания или свиста в ушах могут быть самые разнообразные. Одной из причин, вызывающих эти неприятные ощущения, могут быть резкие перепады артериального давления крови. Особенно характерны они для людей, которые очень чутко реагируют на любые изменения погоды. Как только за окошком пошел дождь или, наоборот, внезапно установилась сильная жара, у них сразу ухудшается самочувствие.

В этом случае пациенту, как правило, рекомендуется принимать различные сосудистые препараты, которые улучшают мозговое кровоснабжение, повышают скорость кровотока и положительно влияют на свертываемость крови. Однако, прежде чем назначить больному правильное лечение, необходимо знать показатели крови пациента. Иногда признаком сгущения крови является повышенный уровень гемоглобина. Направление на анализ может выписать каждый из специалистов - терапевт, отоларинголог, невропатолог, - к которым больному следует обратиться.

Кстати, не нужно забывать, что любая патология кровесвертывающей системы является клиническим признаком церебрального атеросклероза. Облегчить состояние пациента при этом, безусловно, можно. Хорошо помогают здесь медикаментозные препараты «Пентоксифиллин» или, по-другому, «Трентал». Также благотворно на работу кровесвертывающей системы влияет аспирин. Сейчас имеется в продаже специальная форма выпуска аспирина, называется «Тромбо АСС». Благодаря точно подобранной дозировке этот препарат наилучшим образом способствует улучшению кровоснабжения. Однако курс лечения данными препаратами для каждого пациента подбирается индивидуально. Без консультации с врачом лекарства принимать нельзя.

ОТКУДА БЕРЕТСЯ ПНЕВМОНИЯ

Бактериальная пневмония возникает в случаях, когда бактерии, обитающие во рту и в горле,

очень горячей или очень холодной, чрезмерно кислой или соленой пищи также могут стать причиной стоматита. Иногда он может возникнуть при повышенной чувствительности организма к некоторым лекарствам.

Существуют разные формы стоматита, но все они имеют схожие признаки: покраснение слизистой оболочки полости рта, отек близлежащих тканей, боль, увеличение подчелюстных лимфатических узлов. Стоматит может протекать в острой форме и быть хроническим.

Вот некоторые из видов стоматита.

Катаральный стоматит обычно характеризуется ярким покраснением всей слизистой оболочки полости рта, нередко ее отечностью, обильным выделением слюны, болезненностью, особенно при приеме пищи. Та-

...тите курение нужно прекратить, также исключить прием острых напитков и острой, кислой, соленой и горячей пищи. Следите за тем, чтобы в рационе было как можно больше витаминов.

... зана с неполадками в органах пищеварения. Сначала у пациентов отмечается общее недомогание. Затем в полости рта образуются небольшие язвы, покрытые желтым налетом - афты. Они окружены красным ободком и бывают очень болезненны.

Афтозный стоматит нередко перерастает в хронический. Периодически наступают обострение и новое высыпание афт, которых в этих случаях бывает немного и они менее болезненны. Хроническая форма афтозного стоматита часто бывает связана с заболевания-

для выявления заболевания внутренних органов, вызвавших стоматит. Поэтому очень важно вовремя обратиться к стоматологу. Самостоятельное же лечение чревато осложнением. Особенно самим не следует принимать антибиотики и использовать какие-либо прижигающие средства.

Для уменьшения болезненности слизистой оболочки полости рта дома, по рекомендации врача, можно полоскать рот раствором перекиси водорода (1 чайная ложка раствора на полстакана воды), раствором фурацилина (1 таблетка на стакан воды), розовым раствором марганцовки, теплым отваром ромашки или шалфея. Также можно использовать так называемую белковую ванночку (белок одного куриного яйца смешать с половиной стакана воды). Глоток получившейся жидкости нужно несколько минут подержать во рту.

Консультирует врач-невролог высшей категории из г.Нижнего Новгорода Татьяна Владимировна ЕФИМОВА.

Причины возникновения шума, жужжания или свиста в ушах могут быть самые разнообразные. Одной из причин, вызывающих эти неприятные ощущения, могут быть резкие перепады артериального давления крови. Особенно характерны они для людей, которые очень чутко

мы влияет аспирин. Сейчас имеется в продаже специальная форма выпуска аспирина, называется «Тромбо АСС». Благодаря точно подобранной дозировке этот препарат наилучшим образом способствует улучшению кровоснабжения. Однако курс лечения данными препаратами для каждого пациента подбирается индивидуально. *Без консультации с врачом лекарства принимать нельзя.*

ОТКУДА БЕРЕТСЯ ПНЕВМОНИЯ

Бактериальная пневмония возникает в случаях, когда бактерии, обитающие во рту и в горле, попадают в легкие, по какой-то причине утратившие иммунную защиту. В инфицированных тканях полости рта, пораженных пародонтозом, могут создаться благоприятные условия для развития целого ряда возбудителей пневмонии. Бактерии полости рта, когда их вдыхают, могут осложнить и другие респираторные заболевания, например, бронхит и эмфизему.

ВИНОВАТ ЛИ КЛИМАКС?

Уважаемая редакция!

Помогите, пожалуйста, советом. Мне только сорок лет, а уже наступил климакс. Состояние мое заметно ухудшилось. Можно ли это как-то приостановить?

Заранее спасибо.

Н.БОРИСОВА, Республика Коми.

Консультирует гинеколог высшей категории, заведующая первым гинекологическим отделением Нижегородской областной больницы имени Н.А.Семашко Наталья Родионовна НОВИКОВА.

Самочувствие женщины в данном случае, безусловно, улучшить можно. Нужно только знать точную причину его ухудшения. К сожалению, обратившаяся в газету читательница не указывает подробности протекания климактерического периода. Таковыми, к примеру, могут быть «приливы» жара, головная боль, раздражительность, бессонница, повышение кровяного давления. Или же она под климаксом подразумевает только отсутствие менструации? Тогда это может быть вовсе не климакс, а какие-либо гормональные нарушения. Чтобы выяснить их причину, пациентке необходимо сдать кровь на анализ. Возможно, у нее раннее истощение яичников или какое-то заболевание щитовидной железы.

Если же предположить, что у пациентки действительно наступил климактерический период, сопровождающийся вышеперечисленными симптомами, тогда ей можно посоветовать принимать гомеопатический препарат «Ременс». После его регулярного приема самочувствие должно нормализоваться. Однако, прочитав эти рекомендации в газете, не спешите сразу в аптеку, а проконсультируйтесь сначала со своим лечащим врачом. Ведь при назначении того или иного лекарственного препарата важно прежде исключить различные патологии у пациента, скажем, онкологические или соматические. К последним, например, относятся гипертоническая болезнь, сахарный диабет.

ЗАКУПОРКА МЕЛКИХ СОСУДОВ

Здравствуйте!

Мне 69 лет. В начале 80-х годов у меня стали болеть ноги. Врачи обнаружили закупорку мелких сосудов. Я - человек курящий, и хирург сразу же потребовал, чтобы я бросил курить. Через некоторое время мне это удалось. Однако самочувствие мое только ухудшилось. Помимо ног у меня стал болеть еще и рот. Язык потрескался, горло все опухло. От этой напасти мне не помогали никакие лекарства. Спустя четыре месяца я не выдержал и снова закурил. Через два дня после возобновления курения рот у меня начал очищаться. Язвочки и трещины стали затягиваться прямо на глазах. Вот я и хочу спросить: «Как же лучше: жить с одной болезнью или бросить курить и нажить другую?» Посоветуйте, что делать.

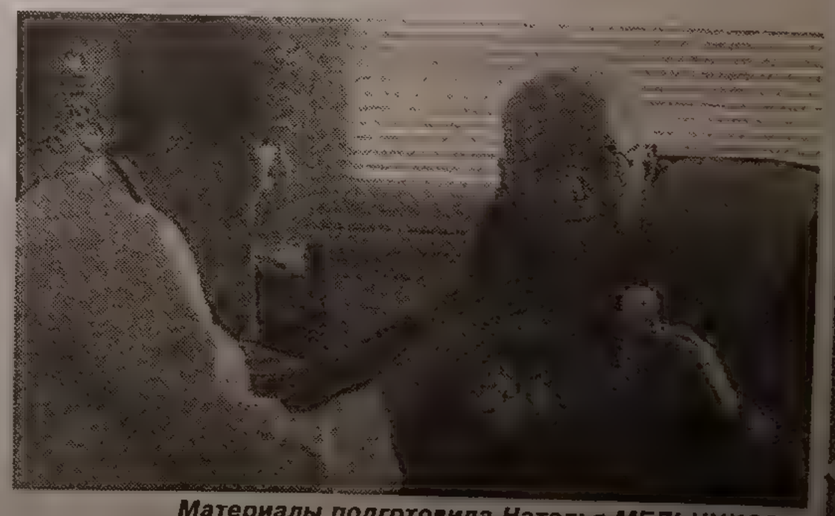
М.И.УХЛИН, Нижегородская область, г.Выкса.

В данном письме, к сожалению, не указывается, проходил ли больной обследование или нет. Потому что только советом «Бросай курить» лечение, конечно, ограничиваться не должно. А если у пациента после этого возникают еще и другие проблемы со здоровьем, тогда и вовсе для него такой метод неприемлем. Единственное, что здесь можно ему посоветовать, так это курить как можно меньше.

Консультирует врач-хирург из Н.Новгорода Ирина Владимировна ГАРКАВЕНКО.

Прежде чем назначить больному какие-то медикаментозные средства, ему необходимо пройти специальное обследование, точнее, сделать ультразвуковую допплерографию. Такая процедура проводится, к примеру, в Нижегородском диагностическом центре.

По результатам обследования пациенту уже можно будет поставить точный диагноз и соответственно назначить адекватное лечение. Сейчас очень много хороших препаратов, которые помогут уменьшить боль в ногах и улучшить общее состояние. Если же закупорку мелких сосудов не лечить, то в дальнейшем она может привести к гангрене обеих ног. Так что больному нужно как можно быстрее пройти вышеуказанное обследование и приступить к лечению медикаментозными препаратами. Курс лечения нужно будет повторять регулярно через каждые полгода.



Материалы подготовила Наталья МЕЛЬНИКОВА.

ПО КАПЕЛЬКЕ, ПО МАЛЕНЬКОЙ, НАЛЬЕМ, НАЛЬЕМ...

Не секрет: многие после напряженного труда для расслабления любят пропускать рюмку-другую. Не беда, если бы этим минимумом они и ограничивались. Но, к сожалению, именно первая чарка «для снятия стресса» порой приводит к алкоголизму.

Вполне безобидной заменой алкогольных напитков могут служить «галеновы препараты» - спиртовые настойки лекарственных растений (название получено от имени древнеримского врача Клавдия Галена).

Вот несколько рецептов.

Настойка из листьев барбариса

20 г листьев барбариса настаивать две недели в 100 мл 20-процентного спиртового раствора, отжать и отфильтровать через марлю; принимать по 25-30 капель три раза в день в течение двух-трех недель; помимо отчуждения от алкоголя, оказывается всестороннее общеукрепляющее и тонизирующее воздействие на организм в целом и помогает при гепатите, которым, как правило, часто страдают алкоголики.

Настойка из цветков клевера красного

20 г цветков (собирать следует цветущие верхушки в начале цветения) две недели настаивать в 500 мл 20-процентного спиртового раствора, процедить и отжать; принимать по 20 г перед обедом или перед сном в течение трех месяцев с перерывом в десять дней в середине цикла; через шесть месяцев курс можно повторить. Освобождает от алкогольной зависимости, применяется и при атеросклерозе, которым часто страдают пьющие люди и те, кто ест неумеренно много.

Употребляют настойки перед едой.

ЛЫСЕЯ, НЕ ОПУСКАЙТЕ РУКИ

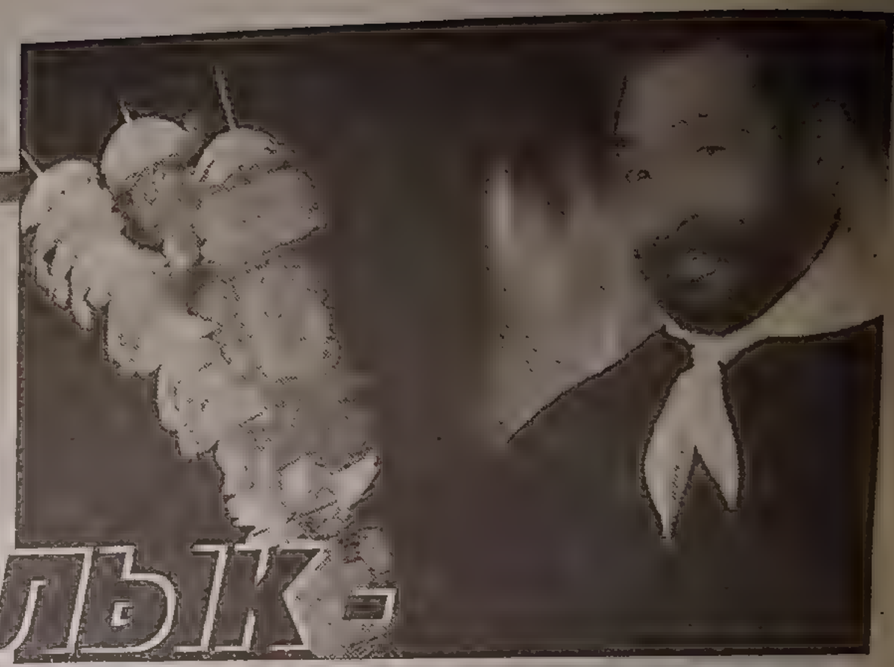
Народная медицина предлагает следующие рецепты по борьбе с выпадением волос. Мыть голову яичным желтком (разбавленным водой и слегка взбитым) или отваром отрубей (200 граммов отрубей на 0,5 литра воды, два раза вскипятить, тщательно отжать), или молочной сывороткой.

Если ради победы вы готовы смириться со специфическими запахами, включите в арсенал борьбы лук. Те, кто рискнул, вполне довольны результатом. Втирание в кожу головы сырого лука очень укрепляет волосы и придает им красивый блеск. Естественно, после этой процедуры нужно тщательно вымыть голову. Очень эффективен луковой сок в сочетании с коньяком и отваром корней лопуха. К сожалению, рецептура не предписывает принимать коньяк внутрь, а рекомендует смешать ингредиенты в соотношении 4 (сок лука) к 6 (отвар лопуха) и 1 (коньяк).

Для внутреннего употребления лысеющим мужчинам очень рекомендуется не алкоголь, а облепиха. Ее принимают в виде ягод, можно также пить отвар молодых облепиховых веток, а облепиховое масло хорошо бы втирать в кожу головы. Лысеющему человеку стоит пересмотреть свой рацион, увеличить в нем количество сырых овощей и фруктов.

Не подвергайте волосы резким перепадам температуры и не стесняйтесь надевать шапку. Это лучше, чем через какое-то время перейти на парик.

ВОЗЬМЕМСЯ СМЕЛО



ШАШЛЫК - ПИЩА МУЖЧИН

Почти каждое утро Джозеф Кури пробегает милю-другую, а вечером полчаса плавает в бассейне, чтобы снять напряжение. Он уделяет физическим упражнениям больше внимания, чем многие мужчины, но его по-настоящему фанатичным пристрастием является разработанная им маложирная диета. И это не просто замена сливочного масла на оливковое. «Я и в растительном масле пробовал себя ограничивать, - говорит он. - Для приготовления пищи я беру белое вино.

Джозеф Кури знает, что рано или поздно делает с эрекцией богатое жиром питание. «Мужчины, которые злоупотребляют жиром, - говорит он, - получают жировые отложения в артериях, что препятствует снабжению пениса кровью, точно так же, как и правильной работе сердца. При маложирной диете у вас меньше шансов стать импотентом».

Приведенные ниже советы разработаны с той целью, чтобы не приносить в жертву вкусовые ощущения и, в большинстве случаев вы даже не заметите, что в пище меньше жира.

Завтрак

1. Яичный желток (а не белок) - вот истинный убийца вашей талии. Если по утрам вы любите омлет из трех яиц, то используйте одно целое яйцо и два белка. Вы спасете себя от 10 г жира. Если вкусовая разница покажется слишком сильной, попробуйте начать с двух целых яиц и одного белка.

2. Если вы поклонник колбасы и бекона, то переходите на более постные сорта.

3. Хлебцы лучше жарить в тостере, а не на сковородке в масле.

4. В кофе добавляйте сгущенные сливки, а не обычные в соотношении один к одному. Они более насыщенные не потому, что в них больше жира, а потому, что в них меньше воды. Экономия: 3,5 г жира.

Обед

5. Делайте упор на горчицу, а не на майонез. Вкуса больше, жира меньше.

6. Барбекью (шашлык) для мужчин. Вот что мы готовим сами и вам советуем.

7. Что касается мяса, то исрок. В них в два с половиной раза меньше жира, чем на ребрах. Заменяйте жир вкусовыми добавками - вот для чего мужчины придумали маринад.

8. Больше уделяйте внимания дарам моря. Они содержат мало жира, мало впитывают жир при приготовлении и богаты полезными омега-3 кислотами. Но если вы будете подавать их на стол в блюде с топленым маслом, то утратите все преимущества.

9. При тушении убедитесь, что масло достаточно нагрелось, прежде чем класть в него другие продукты. Холодное масло больше пропитывает мясо и овощи.

10. Любите птичек? Что ж, белое мясо содержит на треть меньше жира, чем красное.

11. Когда жарите цыпленка, попробуйте следующий маложирный маринад: три чашки яблочного сока, два зубчика мелко порубленного чеснока и чашка малосоленого соевого соуса.

Десерт

12. Замените мороженое обезжиренным йогуртом и вы сэкономите 7 граммов жира на порцию.

13. Свежие фрукты.

Закуска

14. Избегайте соленых и сладких орешков: в них 80% калорий содержится в виде жира. Неочищенные орехи лучше. И жира в них меньше, да и, пока будете чистить, меньше съедите.

воды, два раза вскипятить, тщательно отжать), или молочной сывороткой.

Если ради победы вы готовы смириться со специфическими запахами, включите в арсенал борьбы лук. Те, кто рискнул, вполне довольны результатами с коньяком и отваром корней лопуха. К сожалению, рецептура не предписывает принимать коньяк внутрь, а рекомендует смешать ингредиенты в соотношении 4 (сок лука) к 6 (отвар лопуха) и 1 (коньяк).

Для внутреннего употребления лысеющим мужчинам очень рекомендуется не алкоголь, а пересмотреть свой рацион, увеличить в нем количество сырых овощей и фруктов.

Не подвергайте волосы резким перепадам температуры и не стесняйтесь надевать шапку. Это лучше, чем через какое-то время перейти на парик.

4. В кофе добавляйте сгущенные сливки, а не обычные в соотношении один к одному. Они более насыщенные не потому, что в них больше жира, а потому, что в них меньше воды. Экономия: 3,5 г жира.

Обед

5. Делайте упор на горчицу, а не на майонез. Вкуса больше, жира меньше.

6. Барбекью (шашлык) для мужчин. Вот что мы готовим сами и вам советуем.

7. Что касается мяса, то используйте вырезку филе и окорок.

Десерт

12. Замените мороженое обезжиренным йогуртом и вы сэкономите 7 граммов жира на порцию.

13. Свежие фрукты.

Закуска

14. Избегайте соленых и сладких орешков: в них 80% калорий содержится в виде жира. Неочищенные орехи лучше. И жира в них меньше, да и, пока будете чистить, меньше съедите.

© «Портал 100 Лет».

ВОЗЬМЕМСЯ СМЕЛО ЗА ГАНТЕЛИ

При регулярных занятиях с гантелями повышается выносливость организма, увеличиваются сила мышц и их объем, совершенствуется координация движений, улучшаются подвижность суставов, осанка, а фигура приобретает атлетические формы.

К тренировкам с гантелями лучше всего приступать лет в шестнадцать-восемнадцать, предварительно посоветовавшись с врачом. Но можно начинать и в сорок лет, и старше, только с более легких гантелей.

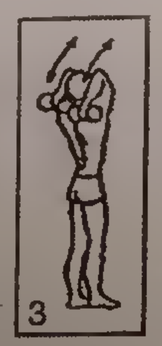
Вначале работайте с легкими, двухкилограммовыми гантелями, через три-четыре месяца - с трехкилограммовыми. По мере тренированности постепенно увеличивайте нагрузку.

Следите за тем, чтобы все движения проделывались правильно, дыхание не задерживалось и напрягались только те мышцы, которые участвуют в данном движении. Упражнения лучше выполнять перед зеркалом. Перед началом занятий хорошо проветрить комнату. После окончания каждого упражнения опускайте гантели на пол и делайте паузу в 40-60 секунд, во время нее прохаживайтесь по комнате, расслабляйте работавшие мышцы. Заканчиваются упражнения ходьбой и одновременно дыхательными упражнениями, после чего надо принять душ и насухо обтереться полотенцем.

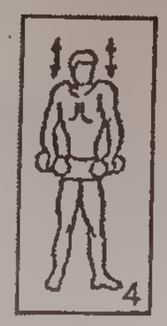
1. Исходное положение - основная стойка, гантели в опущенных руках. Вставая на носки, поднимите прямые руки через стороны вверх - вдох. Опуская руки, вернитесь в исходное положение - выдох. Упражнение развивает мышцы плечевого пояса и икроножные мышцы.

2. Возьмите гантели, опустите их вниз, ладони поверните вперед (хват снизу). Попеременно сгибайте и разгибайте руки в локтевых суставах. Дыхание произвольное, равномерное. Выполняя упражнение, держите локти неподвижно, смотрите прямо перед собой. Упражнение развивает двуглавые мышцы плеча (бицепсы).

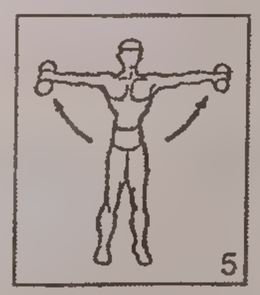
3. Поднимите гантели вверх. Опустите их за голову ладонями к шее, сгибая руки в локтевых суставах. Вернитесь в исходное положение. Выполняя упражнение, не опускайте локти. Разгибая руки, делайте вдох, сгибая - выдох. Упражнение развивает трехглавые мышцы плеча (трицепсы).



4. Гантели в опущенных вдоль туловища руках. Поднимайте плечи как можно выше - вдох, опускайте - выдох. Затем делайте плечами круговые движения вперед и назад. Упражнение развивает трапециевидные мышцы.

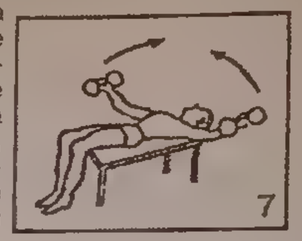


5. Ноги на ширине плеч, руки с гантелями вдоль туловища ладонями внутрь. Разведите прямые руки в стороны - вдох, опустите в исходное положение - выдох. Упражнение развивает дельтовидные мышцы.

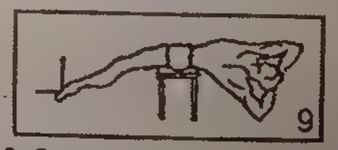


6. Положите кисть левой руки на сиденье стула, в правую руку возьмите гантель и опустите ее вниз. Ноги поставьте на ширину плеч. Сгибая руку и отводя локоть вверх, поднимите гантель к груди - вдох, вернитесь в исходное положение - выдох. Проделайте упражнение каждой рукой. Упражнение развивает мышцы спины и дельтовидные мышцы.

7. Лежа на спине (на скамейке или на полу), поднимите гантели вверх. Медленно разведите руки в стороны и сделайте глубокий вдох. Вернитесь в исходное положение - выдох. Упражнение развивает грудные мышцы и способствует расширению грудной клетки.



8. Поставьте ноги шире плеч. Поднимите гантели вверх. Проделайте энергичные наклоны вперед с маховым движением рук, напоминающим движения дровосека. Во время наклона делайте выдох, руки пропустите как можно дальше между ногами. Распрямитесь, прогнитесь и сделайте глубокий вдох. Ноги в коленях не сгибайте. Упражнение развивает мышцы спины и плечевого пояса.

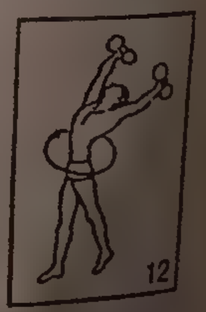


9. Сядьте на стул, ступни ног закрепите около пола за неподвижную опору, руки с гантелями поднимите за голову. Медленно наклонитесь назад, поворачивая туловище влево, - вдох. Вернитесь в исходное положение - выдох. Затем проделайте упражнение, поворачивая туловище вправо. Упражнение развивает мышцы живота и подвижность поясничного отдела позвоночника.

10. Стоя, гантели в опущенных руках. Сгибаете и разгибаете кисти рук. Упражнение выполняйте до утомления мышц предплечья. Затем возьмите гантели за один конец, поднимите руки в стороны и вращайте кисти рук. Дыхание произвольное, равномерное.

11. Поставьте ноги на ширину плеч, подложите под пятки брусок высотой пять сантиметров. Гантели поднимите к плечам. Сделайте глубокий вдох и присядьте - выдох. Вернитесь в исходное положение. Выполняя упражнение, держите туловище прямо. Упражнение развивает четырехглавые мышцы бедра.

12. Исходное положение - стоя, ноги на ширине плеч, руки с гантелями подняты вверх. Проделайте круговые движения туловищем в левую и правую стороны. В момент прогибания делайте вдох, во время наклона - выдох. Упражнение развивает мышцы живота и подвижность в поясничном отделе позвоночника.



Ю.ШАПОШНИКОВ.

САМОГИПНОЗ: С ЧЕГО НАЧАТЬ?

Моя заметка о гипнозе в № 12 за март 2001 г. получила массу откликов. Ответить на все вопросы, интересующие читателей, в одной публикации практически невозможно. Вопрос: «С чего начать?» наиболее часто встречается в ваших письмах. С ответа на него и начну наш сегодняшний разговор о методике расслабления при помощи сеанса самогипноза - основе оздоровительного процесса.

Для проведения сеанса самогипноза вам потребуется магнитофон. Также выберите особое место и удобную позу. Таким местом может быть любая тихая комната, где вас никто не будет отвлекать. Определите для себя наиболее комфортабельное положение тела - сидя или лежа. Предположим, вы определились, что наиболее удобно чувствуете себя лежа на диване, руки свободно лежат вытянутые вдоль тела, ноги не соприкасаются, под головой невысокая подушечка. Теперь возьмите магнитофон и запишите на кассету такой текст:

«Я лежу на диване. Я совершенно спокоен. Глаза закрыты, руки и ноги свободны и расслаблены. Я абсолютно спокоен и расслаблен. Все мое внимание сосредоточено на моем голосе. Посторонние звуки мне помогают расслабляться все глубже и глубже. Я чувствую, как по всему телу распространяется приятное чувство покоя»... (пауза - 5 сек.) *«Теперь я концентрируюсь на моих ногах. Мои ноги становятся тяжелыми, они как будто наливаются свинцом, приятная тяжесть все возрастает...»* (пауза 3-5 сек.). «Чувство тяжести и тепла теперь переходит на мой живот (пауза), распространяется по грудной клетке. Дыхание мое ровное и спокойное... Чувство тяжести охватывает плечевой пояс и медленно по рукам течет к ладоням и пальцам моих рук... лучше и лучше во всех отношениях. Позитивные мысли приносят мне радость, здоровье и благополучие (пауза). На следующем сеансе, как только я закрою глаза и услышу запись моего голоса, я расслаблюсь еще глубже, чем сейчас... С каждым последующим сеансом чувство расслабления будет все глубже и глубже и мои внушения запечатлятся в моей памяти и возымеют благоприятный результат. Сейчас я досчитаю до пяти. Мои руки и ноги снова станут легкими и свободными, все мое тело снова станет легким и свободным. Я буду бодрым и полным сил, буду чувствовать себя хорошо отдохнувшим. Ощущение отдыха и хорошее настроение останутся со мной до конца дня. Вечером, когда я лягу в постель, то быстро засну и буду крепко спать всю ночь. Проснувшись утром, я буду чувствовать себя бодрым и отдохнувшим...

Теперь я начинаю считать от одного до пяти. На счет пять я открою глаза и полностью проснусь, буду бодрым, энергичным, отдохнувшим и в прекрасном настроении.

Один ..., два ..., три ... При счете пять я открою глаза, полностью проснусь и буду чувствовать себя отлично, лучше чем раньше. Четыре ... пять. Я проснулся и чувствую себя превосходно и это действительно так».

Теперь у вас все готово для проведения первого сеанса. Ло-

ОТКЛИК

ДЛЯ КОСТЕЙ И ХРЯЩИКОВ

Недавно увидела в газете рецепт от артрита - спать на матраце, набитом папоротником. Хороший способ, но я считаю, что в первую очередь надо почистить кровь.

Привожу свой собственный универсальный рецепт, который чистит кровеносные сосуды и выводит шлаки и соли из костей, хрящей и суставов.

1. Хвоя, сосновые иголки - 5 ст.ложек.
2. Измельченный сухой лист грецкого ореха - 1 ст.ложка.
3. Лавровый лист средних размеров - 5 штук.
4 Сухие листья облепихи - 1 ст.ложка.

Кипятить эту смесь в 1 л воды в эмалированной посуде в течение 15 минут. Принимать три раза в день за полчаса до еды по 1/2-2/3 стакана на один прием. Лечение проводить 3-4 месяца, в зависимости от самочувствия, до выздоровления.

Кроме того, необходимо делать следующее:

1. Пить смесь из морковного и свекольного соков - 0,5-1 ста-

ПАРАЛИЧ ПОСЛЕ ИНСУЛЬТА

Восстановление парализованного больного - процесс длительный и требующий огромного терпения. Народная медицина здесь предлагает следующие средства:

Сделать мазь из порошка: лаврового листа - 6 частей, игл можжевельника (пихты, сосны, ели) - 1 часть, сливочного масла - 12 частей. Втирать мазь в парализованные места два раза в день.

Смешать по 100 г ромашки, зверобоя, тмина и березовых почек. Одну столовую ложку смеси залить стаканом кипятка, добавить еще 300 г воды, довести до кипения. Пить в теплом виде с одной чайной ложкой меда по одному стакану утром за 20 минут до еды и вечером, в 21 час. После этого не пить и не есть ничего. Пить ежедневно, пока смесь не кончится. Повторить лечение еще дважды - через 6 месяцев и через год.

Взять любой сердечный сбор (можно купить в аптеке). Добавить к нему 4 наименования злаковых: овес, соя, гречка, пшено. Затем добавить следующие травы: череда, чистотел, подорожник, корень лопуха, чага, бессмертник желтый (злаковых добавить по 100 г, трав - по две столовые ложки). Все это высушить, пропустить через мясорубку и поместить в общую емкость. Перемешать очень тщательно. Расфасовать в поллитровые бутылки так, чтобы заполнить на 1/3, долить подсолнечным маслом. Поставить в теплое и темное место на 2 месяца. Каждый день взбалтывать, не допуская появления осадка. Через два месяца все слить в одну емкость и нагреть до температуры 60° (не кипятить). После нагревания снова разлить по бутылкам и поставить в теплое место еще на месяц (взбалтывать). Через три месяца от начала приготовления лекарство готово. Втирать его в парализованные конечности через день. На ночь лекарство остается на теле. Через 20 дней - перерыв 10 дней, затем провести еще 10 втираний. Затем снова перерыв 10 дней. Точно так же провести второй и третий циклы лечения. Сделать перерыв полгода и в таком же порядке провести еще два курса лечения.

Перед началом лечения инсульта обязательно провести очищение организма и проводить его один раз в месяц. Один раз в неделю - полное голодание (на воде).

РЕКОМЕНДУЕМ

- Больному давать ежедневно утром и вечером зубчик чеснока с чайной ложкой меда.
- *Крепкий зеленый чай (если нет повышенного давления)* использовать как лечебное средство при лечении инсульта.
- Ежедневно на завтрак принимать проросшие семена пшеницы в течение 3-4 месяцев.
- Ягоды бузины черной пить с чаем.

ЕЖЕВИКА БОГАТА

...ное
...ством и вы
...жира на
...ы.
...соленых и
...их 60% ка-
...в виде
...орехи луч-
...ше, да и,
..., меньше
...00 Лет».
...ого отде-

10

...ыхание
...ное.
...ставьте
...ширину
...ложите
...ки бру-
...сотой
...тимет-
...антели
...те к
Сде-
...бокий
...к. Вер-
...жение.
...ержи-
...ение
...мыш-

12

...ть дер-

то быстро засну и буду крепко спать всю ночь. Проснувшись утром, я буду чувствовать себя бодрым и отдохнувшим...

Теперь я начинаю считать от одного до пяти. На счет пять я открою глаза и полностью проснусь, буду бодрым, энергичным, отдохнувшим и в прекрасном настроении.

Один ..., два ..., три ... При счете пять я открою глаза, полностью проснусь и буду чувствовать себя отлично, лучше чем раньше. Четыре ... пять. Я проснулся и чувствую себя превосходно и это действительно так».

Теперь у вас все готово для проведения первого сеанса. Ложитесь на диван, включайте магнитофон, сделайте глубокий вдох и медленно выдохните (на выдохе закройте глаза), почувствуйте волну расслабления, покатившуюся по вашему телу, а теперь слушайте запись и образно создавайте картины услышанного.

Вот это все, что я хотел рассказать о подготовительном сеансе самогипноза. В следующий раз я более подробно остановлюсь на методике общего оздоровления организма, а далее наш разговор будет зависеть исключительно от ваших писем с вопросами, которые вы пришлете на адрес редакции.

О.В.ЗАХОЖИХ, гипнолог.
с.Вад, Нижегородской обл., ул.40 лет Октября, д.62.

ст.ложек.

2. Измельченный сухой лист грецкого ореха - 1 ст.ложка.

3. Лавровый лист средних размеров - 5 штук.

4 Сухие листья облепихи - 1 ст.ложка.

Кипятить эту смесь в 1 л воды в эмалированной посуде в течение 15 минут. Принимать три раза в день за полчаса до еды по 1/2-2/3 стакана на один прием. Лечение проводить 3-4 месяца, в зависимости от самочувствия, до выздоровления.

Кроме того, необходимо делать следующее:

1. Пить смесь из морковного и свекольного соков - 0,5-1 стакан на один прием.

2. Пить смородиновый чай - по 1/2-2/3 стакана 2-3 раза в день.

3. При обострении болезней, чтобы понизить поступление в организм шлаков и мочевой кислоты, необходимо применять 2-3 раза в день по 3-4 таблетки активированного угля на один прием.

4. Глинолечение: нужно использовать глину вашей местности для аппликации на больные места. В глину можно добавлять морскую или обычную соль - 2-3% от объема глины. Аппликации делать на 1,5-2 часа.

С уважением
Н.М.ДУБРАВНАЯ,
г.Новороссийск.

...ковых добавить по 100 г, трав - по две столовые ложки). Все это высушить, пропустить через мясорубку и поместить в общую

...очищение организма и проводить его один раз в месяц. Один раз в неделю - полное голодание (на воде).

РЕКОМЕНДУЕМ

- Больному давать ежедневно утром и вечером зубчик чеснока с чайной ложкой меда.
- *Крепкий зеленый чай (если нет повышенного давления) использовать как лечебное средство при лечении инсульта.*
- Ежедневно на завтрак принимать проросшие семена пшеницы в течение 3-4 месяцев.
- Ягоды бузины черной пить с чаем.

ЕЖЕВИКА БОГАТА ПО-ОСОБОМУ

Ученые выявили довольно мощное естественное средство для профилактики рака кишечника, которое оказалось сокрыто внутри сочной сладкой ягоды ежевики.

В течение многих лет ученые рекламировали преимущества фруктов и овощей. И только теперь они начинают понимать природу некоторых составов пищевых продуктов. Ежевика богата по-особому. В ней имеются компоненты, обладающие антиоксидантными свойствами, которые могут предотвращать рак. Исследователи сравнили по силе действия антиоксидантов ежевики с антиоксидантами черники и земляники. Результаты показали, что ежевика оказывала на 40% более сильное профилактическое воздействие.

www.medlenta.ru

РЕЦЕПТ ИЗ КОНВЕРТА

ДОМАШНЕЕ СРЕДСТВО ОТ ЭКЗЕМЫ

Этот рецепт мне дала соседка. Ее муж любил в бане париться. Вот и доходился. Жена повела его в кожвендиспансер, а он по дороге просто сбежал. Дома заявил, что готов лечиться чем угодно и у кого угодно, но только не там. Экзема у него была на руке, на работе кто-то узнал, скандалить стали, требовали, чтобы на больничный ушел. Короче говоря, через своих знакомых узнали адрес бабушки-целительницы и пошли к ней. Она научила этому способу. Нужно взять 50 г уксусной эссенции, свежее куриное яйцо, 1 стол.ложку несоленого смальца. Яйцо разбить и вылить в стеклянную банку, туда же налить весь уксус, размешать и оставить в темном и прохладном месте на сутки. После добавили 1 ст.ложку смальца и все очень хорошо перемешали. Получилась мазь. Ей мазали больное место. Мазь едкая, дерет кожу, но надо потерпеть хотя бы час. Потом ее снять и смазать кожу вазелином или детским кремом, он хорошо снимает раздражение. Дней через 10 все прошло.

П.РЕВИЧ,
г.Самара.

СИНДРОМ ПОХМЕЛЬЯ: КАК С НИМ СПРАВИТЬСЯ?

К сожалению, сделать можно не так уж много. Похмелье лечится только временем. Но можно кое-что предпринять, чтобы смягчить симптомы - головную боль, тошноту и слабость - и легче прожить этот день.

Пейте фруктовый сок. Фруктовый сок содержит фруктозу, которая помогает организму быстрее сжигать алкоголь. Большой стакан апельсинового или томатного сока поможет ускорить выведение алкоголя. Ешьте мед. Мед - концентрированный источник фруктозы.

Примите болеутоляющее. Головная боль - один из неизбежных признаков похмелья.

Выпейте бульон, хотя бы из бульонных кубиков. Он поможет восстановить соль и калий, которые потерял ваш организм.

Правильно выбирайте напиток. Наименее опасна водка, а наиболее опасны коньяки, бренди, виски и все виды шампанского. Красное вино тоже плохо, но по другой причине: оно содержит тирамин - гистаминоподобное вещество, которое вызывает убийственную головную боль. Все, в чем есть пузырьки (а ром и кока так же плохи, как и шампанское), представляет особую опасность. Благодаря пузырькам алкоголь гораздо быстрее поступает в кровоток.

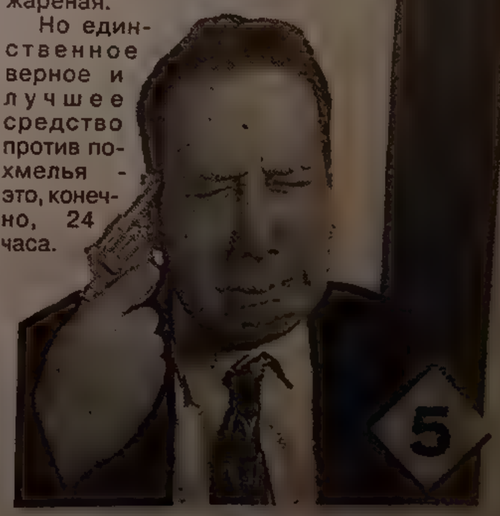
Соизмеряйте количество выпитого со своим весом. За редким исключением, человек весом 50 кг не может соревноваться в выпивке с человеком весом 100 кг и при этом выиграть. Перед сном выпейте «Алка-Зельцер». Две таблетки аспирина тоже могут помочь.

Принимайте витамины комплекса В, это поможет сократить продолжительность похмелья.

Выпейте две чашки кофе. Он сужает кровеносные сосуды и тем самым головную боль.

Постарайтесь поесть как следует. При этом пища должна быть легкая, нежирная и нежареная.

Но единственное верное и лучшее средство против похмелья - это, конечно, 24 часа.



ПРОФИЛАКТИКА

ВСЕ НА ВОЙНУ С ДОЛГОНОСИКАМИ!

Чтобы комары вам не испортили лето подчистую, советуем вступить в единоборство с этими мерзкими насекомыми. Благо средств для святой войны с «долгоносиками» предостаточно.

Все известные химические средства против насекомых можно разделить на две группы.

Первая - **фумиганты**. Это жидкие, твердые и газообразные химические препараты, напрочь убивающие насекомых.

Вторая - **репелленты**. Они просто отпугивают кровососов.

Чаще всего в наших магазинах можно увидеть (и купить) фумиганты двух типов - пиротехнические (например, дымящаяся спираль) и электрофумигаторы (электронагревательный аппарат) с пластинами, пропитанными вредным для насекомых веществом.

Дымящиеся спирали сейчас очень популярны. Они великолепны в походе, на пикнике, на рыбалке - словом, везде, где не проведено электричество и много-много воздуха. Спираль эта состоит из инсектицида. Однако если вы ее подпалите дома, то утром можете себя не узнать. Вместо лица - сплошной отек. И сухость во рту. Так что лучше без экспериментов. В продаже появилась отечественная пиротехника - «Даст», «Пигрин», «Пирсе».

Принцип действия электрофумигаторов наверняка всем знаком - в маленьком приборчике, включенном в розетку, нагревается пластинка-таблетка: комары дохнут за ночь! Эффективность и быстрота действия электрофумигатора зависят от размера комнаты. Хороший фумигатор рассчитан на площадь 12 кв. м. Популярны в народе «Фумитокс», японский «Alack-10» (вместо пластин в нем жидкость), итальянские «WAPEmat-E», «WAPEmagic-E».

Однако вышеперечисленное «вооружение» токсично, что, естественно, пагубно влияет на наше здоровье. Плюс ко всему электрофумигаторы уже опасны тем, что это электроприбор!

Так что наверняка безопаснее пользоваться привычными средствами - кремами «ДЭТА», «Детафтал», «Акрофтал», одеколонами «Эвитал», «Гвоздика».

Очень эффективны эмульсия «Dit Plus» и кремы «Ultraton», «Off».

Бабушкины рецепты.

Оказывается, можно спокойненько обойтись и без химии. Комары ведь чутко реагируют на запах - например, они ненавидят томатную ботву (хотя летают среди помидоров вольготно).

Также очень эффективно старое народное средство ромашка пиретрум. Насушите побольше и рассыпьте по углам комнаты.

Также не нравятся комарам сухие сосновые шишки. Или не пожалейте кастрюли и сварите в ней мухомор! А потом его, красавца вареного, - на подоконник! Вместе с комарами улетучатся и мухи.

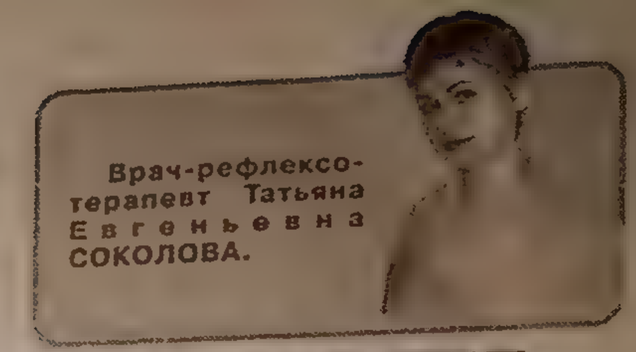
© «Молодежь Алтая».

ХОТИТЕ ПОЛУЧИТЬ «ЗДОРОВЫЙ» ЗАГАР?

Самый простой способ - не начинать загорать с первого же дня: пусть организм освоится в новом климате, под сенью пляжного зонтика. Время солнечных ванн увеличивайте постепенно. Помните, что прямые солнечные лучи полезны лишь до 11 утра и после 16 часов вечера.

Совсем разумно поступают те, кто приезжает на курорт, уже имея на плечах легкий среднерусский загар.

ЛУННЫЙ ЗОДИАК



Врач-рефлексотерапевт Татьяна Евгеньевна СОКОЛОВА.

ЧУР, НЕ МЕНЯ!

(Продолжение. Начало в «ТЗ» № 15-23)

26-Й ЛУННЫЙ ДЕНЬ. НАЗВАНИЯ: «ЖАБА» ИЛИ «БОЛОТО».

Очень опасный для нас день. Нужно быть внимательным к контактам и общаться только по внутренней симпатии. В этот день теряют энергию в разговорах, поэтому не рекомендуется много общаться.

В этот день показано воздержание, пост, отдых. Начинать какие-то дела в этот день бесполезно, все завязнет как в болоте. Полезны баня, массаж. Предпочтительны картофель, рыба, травы.

26-й лунный день опасен ограблениями. В этот день вы должны быть внимательнее к тому, кто вас хвалит, и кто заставляет обманываться. Лучше принять человека, который обругает всех и скажет, что вы неправы. Очень хорошо увидеть в этот день человека с полными ведрами или с полными сумками, особенно, когда первый раз выходите из дома.

Есть специальные практики на выход из дома. Находясь в доме, вы находитесь под защитой, а выходя из него, вы сознательно должны закрывать за собой двери. Переступая порог, необходимо понять, что имеете защиту в ином мире. Здесь хороши любые слова, когда переходите порог. Порог является очистительным местом.

Перед выходом из дома обязательно надо посмотреть в зеркало, «взять с собой двойника». Если вернулись, надо второй раз посмотреть в зеркало. Можно посмотреть на свои ногти. Пальцы рук и ног являются выходами энергетических каналов. Если вы соедините все четыре пальца, приложите к ним большой, посмотрите на обе руки и скажите: «Годы ногти, оголи глаза злым нуть через левое плечо три раза. С левой стороны у нас находится демон, а с правой - ангел-хранитель. Поэтому всегда, когда услышите плохое, не принимайте это на себя, лучше говорите: «Чур не меня».

Нельзя в этот день рвать зубы.

Сны этих лунных суток показывают нас такими, какими мы сами в глубине души себя считаем. Поэтому, проснувшись утром, нужно попытаться взглянуть на ситуацию трезво: действительно ли мы таковы, какими видели себя во сне, или надо учиться оценивать себя более трезво?

Если вы увидели себя диктатором, имеющим власть над людьми, - не слишком ли велика ваша гордыня? Если вы рассматривать себя в зеркало: можно отождествиться со своим двойником и уйти в мир иной. Дни, содержащие в себе девятку (9, 18, 27), в этом отношении опасны. Не надо сдавать кровь в этот день. Плохо переедать. Лучше не соприкасаться с огнем.

Болезни этого дня - тромбофлебит и лейкоз. Не следует есть картофель и цитрусовые.

Сны этих лунных суток сбываются, и очень часто они несут в себе интуитивные прозрения, т.е. открывают истинную суть вещей, окружающих нас людей и происходящих событий.

28-Й ЛУННЫЙ ДЕНЬ. СИМВОЛЫ - «КАРМА» ИЛИ «ЛОТОС».

В 28-й лунный день можно работать с чакрами, т.к. в этот день чакры раскрываются. Благоприятно покупать землю, недвижимость, делать ремонт и то, что дает добрые всходы.

Очень гармоничный день - один из самых благоприятных во всем лунном месяце. Энергетика этих суток действует на человека очищающе, оздоравливающе, очень благотворно. Главное - втесаться в эту гармонию и не нарушать ее своим поведением. Мысли и намерения должны быть добрыми.

В 28-й лунный день не рекомендуется смотреть на яркий источник света и сильно нагружать зрение, не рекомендуется рвать и дарить цветы, рубить деревья.

С этим днем связаны глаза и головной мозг. Очень благопри-

гревается пластинка-таблетка: комары дохнут за ночь! Эффективность и быстрота действия

вареного, - на подоконник! Вместе с комарами улетучатся и мухи.

© *«Молодежь Алтая».*

ХОТИТЕ ПОЛУЧИТЬ «ЗДОРОВЫЙ» ЗАГАР?

Самый простой способ - не начинать загорать с первого же дня: пусть организм освоится в новом климате, под сенью пляжного зонтика. Время солнечных ванн увеличивайте постепенно. Помните, что прямые солнечные лучи полезны лишь до 11 утра и после 16 часов вечера.

Совсем разумно поступают те, кто приезжает на курорт, уже имея на плечах легкий среднерусский загар.

А диетологи напоминают: витамины С, РР, которых много в смородине, шиповнике, зеленом луке, яблоках, петрушке, уменьшают чувствительность кожи к солнышку...

щиту в ином мире. Здесь хороши любые слова, когда переходите порог. Порог является очистительным местом.

Перед выходом из дома обязательно надо посмотреть в зеркало, «взять с собой двойника». Если вернулись, надо второй раз посмотреть в зеркало. Можно посмотреть на свои ногти. Пальцы рук и ног являются выходами энергетических каналов. Если вы соедините все четыре пальца, приложите к ним большой, посмотрите на обе руки и скажите: «Голы ногти, оголи глаза злым людям», это будет защита от сглаза на весь день, и надо плю-

им поведением. Мысли и намерения должны быть добрыми.

В 28-й лунный день не рекомендуется смотреть на яркий источник света и сильно нагружать зрение, не рекомендуется рвать и дарить цветы, рубить деревья.

С этим днем связаны глаза и головной мозг. Очень благоприятно делать очистительные процедуры для глаз. Хорошо следующее упражнение: вы стоите на одной ноге, а пяткой стараетесь себя ударить по низу позвоночника. Надо ударять счастливой ногой: женщина левой, а мужчина правой. Не использование энергий дня ведет к нарушению артериального давления.

28-й лунный день - это день работы со снами. Именно во сне человек может получить духовное прозрение и понять цель жизни. Процесс этот идет каждый лунный месяц независимо от того, понимаем мы это или нет.

Сны этих суток вещие! Они говорят о будущем. Но они несут и подсказку, как пережить то, что ожидает вас, наилучшим образом.

(Окончание следует.)

видите себя нищим - может быть, вы себя недооцениваете?

27-Й ЛУННЫЙ ДЕНЬ. СИМВОЛЫ ДНЯ - «ТРЕЗУБЕЦ», «КОРАБЛЬ».

День обостренной интуиции, благоприятный для гаданий. Прислушайтесь к себе, советуйтесь со своим внутренним голосом и не делайте то, чего вам не хочется. В этот день возможны различные прозрения, озарения - вы можете легко находить ответы на давно мучившие вопросы. Новых дел лучше не начинать, а вот новой информации будет достаточно. Не рекомендуется долго спать, слушать рок-музыку. Очень неблагоприятно

КАК ПОСТЕЛЕШЬ, ТАК И ПОСПИШЬ

Специалисты отмечают, что утомление нервно-мышечной системы у современного человека нарастает изо дня в день. К сожалению, полноценный дневной отдых для большинства из нас - утопия. Между тем, в дореволюционной России он был правилом, как для горожан, так и для сельских тружеников.

Но и ночной отдых часто не дает современному человеку расслабиться. Широко распространена рекомендация во избежание нарушений осанки у детей и профилактики остеохондроза у взрослых спать на твердом и жестком. Однако в этом случае тело человека касается опоры лишь отдельными частями (головой, лопатками, крестцом, голенью, пятками). Изгибы позвоночника сохраняются за счет напряжения мышц. Чтобы его снять, нужно подкладывать валик под шею и поясницу.

Недаром наши предки на деревянную ровную опору (пол, лежанки) клали мягкую подстилку или перину. Чем лучше перина облегала контуры тела, тем лучше расслаблялись мышцы и, соответственно, полноценнее был ночной отдых. Возможно, есть смысл вернуть в наш дом перину, считают медики.

Неразумно поступает тот, кто надеется продлить свой день за счет сокращения сна. Экономия на сне - самый худший вид экономии. Ни от чего так быстро человек не стареет, как от недостатка сна. Сколько человеку требуется - столько он и должен спать. «Гони природу в дверь - она войдет в окно» - это истина. Но немного перехитрить «природу» можно. Если у вас

есть возможность, прилягте во второй половине дня и засните, но не больше, чем на 1 час. Проснувшись, вы почувствуете, как восстановились ваши силы, появилась бодрость, и работа во второй половине дня будет такой же продуктивной, как и в первой. Естественно, вечером вам захочется спать в более позднее время.

Для того чтобы сон был полноценным, соблюдайте следующие правила:

1. Выпейте перед сном стакан горячей воды. (Людям, плохо засыпающим, можно в воду добавить 1 столовую ложку меда, или принять прохладную ножную ванну).

2. Ложась в постель, постарайтесь вместе с одеждой сбросить с себя все дневные заботы. Тем, кто имеет привычку читать в постели перед сном, рекомендуем от нее отказаться.

3. Спать лучше всего на спине, без подушки или на маленькой подушке.

4. Спать нужно в хорошо проветренной комнате и даже зимой с открытой форточкой. Лучше укрыться двумя одеялами, но спать в холодном помещении на свежем воздухе.

5. Для того чтобы научиться быстро засыпать, надо лечь на спину, руки и ноги свободно вытянуты вдоль туловища. Постарайтесь не думать ни о чем постороннем. Последовательно расслабьте отдельные части тела, фиксируя на каждой из них внимание. Порядок расслабления следующий: пальцы ног, голеностопные суставы, голень, бедра, тазобедренные суставы, живот и одновременно руки, затем подбородок, язык, кончик носа, переносица.

Спокойной вам ночи!!!

«ТРЕТИЙ ГЛАЗ» ЧУВСТВУЕТ СВЕТ

На очках многих западных фирм мы встречаем надпись о том, что они полностью поглощают ультрафиолет. Это значительно удорожает вещь, заставляя покупателя думать, что в его руках - суперзащитные очки. Это - всего лишь рекламный трюк. Полностью защищают от ультрафиолета обычные оконные стекла и стекла любых очков, которые мы носим при близорукости или дальнозоркости.

Ультрафиолет - это лучи, под которыми мы загораем. Он в основном проникает в организм через кожу и поглощается роговицей и хрусталиком глаза, не достигая сетчатки. В разумных дозах ультрафиолет глазам не только полезен, но и крайне необходим, и бояться его не следует. А вот дефицит ультрафиолета по-настоящему опасен, так как в этом случае нарушается синтез важнейших витаминов в организме человека. Другое дело - передозировка ультрафиолетовых лучей. Если вы путешествуете в горах или решили позагорать в солярии, где лампы выделяют огромные дозы ультрафиолетовых лучей, то вам просто необходимы хорошие солнечные очки.

Физиологами доказано, что световые импульсы проникают в мозг, воздействуя на весь организм. Особенно чувствителен ко всему, что мы видим, так называемый «третий глаз» - шишковидная железа, спрятанная между полушариями мозга. «Третий глаз» управляет нашими эмоциями, настроением, психикой.

ЭКСТРАСЕНСОРНЫЙ ДУРДОМ

ТОЧКА ЗРЕНИЯ

По доброй воле в логово прорицателей я забрела тогда, когда феномен заработков Кашпировского всколыхнул невиданной мощи волну кем-то «дипломированных» магов всех цветов радуги, экстрасенсов немыслимых категорий, потомственных ведьм и ведьмаков.

На меня тогда навалилось все сразу: и английский сплин, и русская хандра, и неудачи в работе. На глаза попалась газета с объявлениями. Одно, написанное человеческим языком, приглянулось. Тут же и фотография гадалки прилагалась: лицо без видимых дефектов, не лишенное приятности.

В ОФИСЕ ПРОРИЦАТЕЛЕЙ

Типовая многоэтажка не наводила на мысли о колдунах и прорицателях, а запахи в лифте заставляли задуматься о вещах и вовсе прозаических. «Евроотремонтированный» офис ничем не отличался бы от тех, где торгуют куриными окорочками, если бы не в изобилии чадящие по углам свечки.

- Простите, к кому мне обратиться? - поймала я даму со шваброй, по которой и заключила, что передо мной - ведьма.

- У вас порча? - осведомилась дама.

- Что-о? - испугалась я. - Мне бы погадать.

Я никак не могла отделаться от ощущения, что дама вот-вот рассмеется и скажет что-то вроде: «Такая взрослая, а такую ахинею несет!» Но дама, не меняя выражения лица, указала нужную дверь.

- Вам сначала в кассу. - *Взмахнула шваброй и улетела по своим ведьминским делам.*

Кассирша ничем таким не интересовалась, а просто предложила [illegible] *долларов, выписала бумажку, некий прародитель приходно-кассового ордера, и препроводила в другой кабинет.*

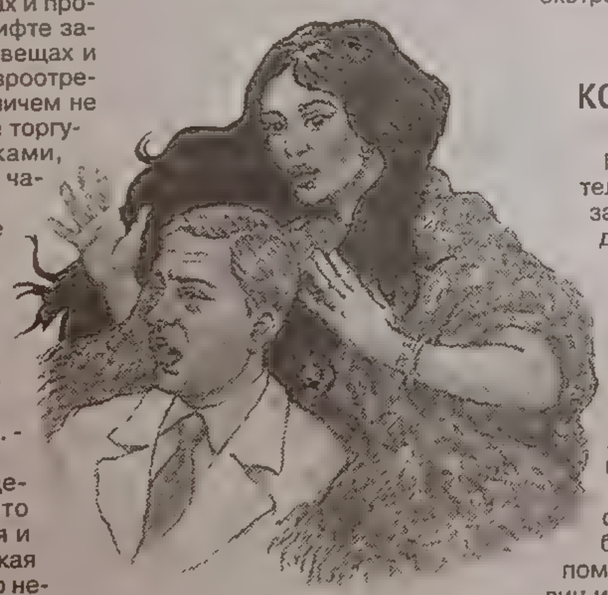
Сразу подоспела гадалка, молодая особа в платье с длинню-

- Ну, хотя бы, когда у меня закончится период неудач?

- Никогда, - сурово изрекла оракулша, а я от неожиданности лишилась дара речи: с какой радости мне за мои сто долларов такие гадости выслушивать.

- Ну мы, конечно, можем кое-что подкорректировать в вашем будущем...

- За дополнительную плату? - догадалась я.



Оракулша изобразила жест, который можно было трактовать, как «что поделаешь, хорошее будущее требует вложений». Вообще прорицательница совершенно не вписывалась в образ пси[illegible] рающего проблемы клиента и мягко пытающегося вернуть отчаявшемуся здоровый оптимизм.

- Чтобы я вам поверила, скажите, сколько раз я была замужем и сколько у меня детей?

Оперативный работник сделал выражение лица типа: «Ну вот, опять «висяк» на отделении». Другая моя подружка схватилась за сердце: у нее вообще нервы слабые. К положительным результатам прогноза можно отнести тот факт, что теперь в отделении на нас смотрели всерьез и даже, посовещавшись, взломали подружкину дверь, за которой, кстати, обнаружились следы спешных сборов.

Подружка объявилась, живая и здоровая, а потом много дней подряд писала объяснительные участковому милиционеру: почему живая, почему здоровая, если экстрасенс сказала: мертва.

КОЛДУЙ, БАБА, КОЛДУЙ, ДЕД, КОЛДУЙ, СЕРЕНЬКИЙ МЕДВЕДЬ

После общения с прорицателями средней руки до чего за людей обидно! То Мавроди надует, то экстрасенс заколдует, то ведьма заговорит! И большая часть таких «заговорщиков» даже не пытается разобраться в проблемах клиента, их установка - на максимально длительное удержание платежеспособного индивида.

Все эти притоны для экстрасенсов - штука далеко не безобидная. Не секрет, что помимо экзальтированных девиц и мающихся от безделья домохозяек, подобные заведения привлекают людей с неустойчивой психикой. Симптомы разного рода «сглазов», «порч», «проклятий», «вселений бесов» давно описаны в соответствующей медицинской литературе и вполне поддаются лечению медикаментозными средствами. Но, предположим, человек в состоянии легкого маниакального психоза приходит к такой, извините за выражение, ведьме, свести порчу. Но ведьма она на то и ведьма, что не просто так порчу сведет, а [illegible]

12 лет назад я вытащила себя из болезней. И все эти 12 лет постоянно слежу за своим здоровьем, чтобы жить с радостью, чтобы не быть в тягость самой себе, чтобы ложиться спать с приятной усталостью хорошо проведенного дня и просыпаться утром с сознанием, что ночью хорошо отдохнула, а днем тебя ждут новые дела.

КАК Я ЛЕЧИЛА МУЖА

Встав на тропу помощи другим, получая письма и встречаясь лично с больными, не перестаю удивляться: почему люди инертны и ленивы, почему передоверили свое здоровье чужим рукам, а сами не хотят и палец о палец ударить для себя же, любимых. Пришла к одной женщине. У нее удалили одну грудь, потом другую. В перерыве между этими операциями удалили почку. Стали отказывать ноги и вот 2 месяца назад села в каталку, чтобы по квартире ездить на ней. А ей всего 69 лет. На все мои советы ответила: я очень ленива и мне это не подходит.

Но не все так мрачно в моей практике. Приходят письма с благодарностью от больных эпилепсией. Девушка, которой я помогала, уже второй год не испытывает приступов, окончила школу, поступила в университет. Девушке 24 года, после курса лечения обследовалась в больнице. Оказалось, что эпилептический очаг уменьшился и врачи заинтересовались методикой лечения, просили выслать. Пришли обнадеживающие письма из Хабаровского края, Читы.

Хорошие результаты по лечению желче-каменной болезни, болезней печени и поджелудочной железы. Но все беда в том, что лечение болезни - это не одноактная пьеса, а длительный процесс, растягивающийся на месяцы и годы. А мы все ждем моментального исцеления. Соглашаемся на любые операции, т.к. тут самому ничего делать не надо. Все сделают за тебя, тебе больным практически не разговаривают, советов и рекомендаций не дают. Больной пассивно воспринимает все манипуляции.

В народной медицине львиная доля успеха зависит от самого больного, от его усилий, его мысли, настроя на здоровье. Но и качество жизни здесь может быть другим.

Так вот муж (а мы поженились 5 месяцев назад) решил: только операция! Я отступила, т.к. убеждена, что выбирать способ лечения - право больного. Но перед больницей успела провести укрепляющий курс, чтобы уменьшить интоксикацию и облегчить течение операции. Благодаря проведенному лечению в больнице перед операцией он чувствовал себя лучше.

Еще один момент. В часе езды от Липецка Задонский монастырь с целебной купальней Тихона Задонского. За несколько дней до операции мы поехали в монастырь, простояли службу, поставили свечи, исповедались, соборовались. Я заказала сорокоуст за здравие. Там встретили мужчину из Воронежа, которому сделали операцию летом 2001 г. по поводу полипов прямой кишки. После операции он стал чув[illegible] лают и он, и жена, что соглас[illegible] лись на операцию, надо было лечиться растительными ядами.

Я сказала: это Божий знак, это подсказка свыше. Но ..

И вот день операции. Не отхожу от телефона. Операция длилась более 5 часов. И я сразу

ПУБЛИКАЦИИ

жения лица, указала нужную дверь.

- Вам сначала в кассу. - Взмахнула шваброй и улетела по своим ведьминским делам.

Кассирша ничем таким не интересовалась, а просто предложила заплатить пятьдесят долларов, выписала бумажку, некий прародитель приходно-кассового ордера, и препроводила в другой кабинет.

Сразу подоспела гадалка, молодая особа в платье с длиннющим шлейфом. Меня смутило, что гадалка совершенно не напоминает собственную фотографию в газете.

- Никакой ошибки, - успокоила меня гадалка. - У нас большой центр, все мы - ее ученицы. А сама она вообще не принимает. А что вы хотели? Порчу свести?

И далась им эта порча!

- Будущее узнать.

Девушка сосредоточенно жгла над водой спички и лила в стакан парафин. Согласно законам физики, парафин застывал, спички гасли. Пахло, разумеется, серой.

- Да. У вас никакой порчи нет, - озадаченно констатировала колдунья. Я заглянула в стакан, но ничего нового там не увидела.

- Чтобы узнать будущее, вам нужно к ясновидящей. А я просто колдунья. И доплатите еще пятьдесят долларов. Она берет дороже.

ХОРОШЕЕ БУДУЩЕЕ ТРЕБУЕТ ВЛОЖЕНИЙ

Ясновидящая, утомленная грузом открытых ее взору знаний, открыть мне будущее не торопилась.

- Что бы вы хотели? - туманно поинтересовалась она.

Оракулша изобразила жест, который можно было трактовать, как «что поделаешь, хорошее будущее требует вложений». Вообще прорицательница совершенно не вписывалась в образ психоаналитика, вдумчиво разбирающего проблемы клиента и мягко пытающегося вернуть отчаявшемуся здоровый оптимизм.

- Чтобы я вам поверила, скажите, сколько раз я была замужем и сколько у меня детей?

Взор у ясновидящей затуманился, и она понесла совершенную околесицу, из которой я заключила только, что меня принимают за идиотку.

- Вы можете сказать конкретно: сколько?

Оракулша вышла из транса и попросила измученно:

- Я очень устала, сейчас ничего не могу сказать. Или приходите завтра, или забирайте свои деньги.

Я предпочла забрать деньги.

ЯСНОВИДЯЩАЯ В ПОГОНАХ

У меня пропала подружка. Кроме нескольких однокурсников, в Москве некому было заявить о ее пропаже.

Два дня мы звонили, на третий пришли в местное отделение милиции с просьбой взломать дверь ее квартиры. Так, может, и ушли бы мы не солоно хлебавши, кабы не штатный милицейский экстрасенс. «А дайте-ка мне фотографию!» - потребовала она (потому как экстрасенсом оказалась женщина). Пощупала изображение, понюхала, сделала еще что-то экстрасенсорное и резюмировала к вящему нашему ужасу:

- Девочка мертва.

виц и маящихся от безделья домохозяек, подобные заведения привлекают людей с неустойчивой психикой. Симптомы разного рода «сглазов», «порч», «проклятий», «вселений бесов» давно описаны в соответствующей медицинской литературе и вполне поддаются лечению медикаментозными средствами. Но, предположим, человек в состоянии легкого маниакального психоза приходит к такой, извините за выражение, ведьме, свести порчу. Но ведьма она на то и ведьма, что не просто так порчу сведет, а посадит, как на иглу, на «коррекцию кармы», сведение «проклятий на мать-кукушку», на «отца-кукуна» и т.п. на любой вкус, пока клиент платит. Проблемы начинают цепляться одна за другую. Тут уже и финансовая засветила, самая что ни на есть реальная, потому как услуги по таким сложным операциям будут все дорожать. И, пожалуйте, у человека уже и не легонькая мания, а вполне весомая шизофрения, которая, между прочим, в большинстве случаев не лечится.

Могла бы я и конкретные примеры привести, ну, да это неэтично. Так что поверьте на слово. А если у вас закралось подозрение, что вас сглазили, если вам понадобилось открыть себе третий глаз и все предыдущие, если захотелось переписать карму, что-нибудь привернуть, отвернуть или заговорить, лучше обратитесь в районную поликлинику. Скорее всего вам порекомендуют сменить обстановку, пропишут на ночь что-то легкое, вроде феназепама: сглаз как рукой снимет. И не затягивайте. Обойдется такое снятие гораздо дешевле. Что тоже немаловажно.

Ольга БУХАРКОВА.
© «АиФ-здоровье».

ОТ ЭТИХ МАКАРОН НЕ ПОТОЛСТЕЕШЬ

Не придется отказываться от привычного блюда для оздоровления рациона любителям макарон благодаря разработке российских ученых.

Макароны, приготовленные по новой технологии, будут насыщены витаминами, макро- и микроэлементами и ферментами естественного происхождения.

Как сообщили в ГосНИИ хлебопекарной промышленности, сделать макароны из пшеничной муки полезными не так уж и сложно. Главная хитрость - способ приготовления муки. Чтобы макароны сохранили все полезные свойства пшеницы, зерна перед обмолотом не очищают. Секрет, лежащий в основе технологии, всем макаронникам мира известен уже давно: ценные качества пшеничного зерна уменьшаются от оболочки к центру, все самое полезное - витамины, макро- и микроэлементы (калий, марганец и т.п.) - находится в оболочке зерен, которая счищается перед помолом муки высшего сорта.

Российские разработчики, придумали проращивать зерно перед помолом. Это сделало хлебопекарное сырье еще более полезным: в нем появились ферменты, витамины группы В и другие полезные включения. Добавить к своему рациону такие макароны разработчики рекомендуют всем, кто заботится о своем здоровье, но особенно они полезны диабетикам.

www.medlenta.ru

кий очаг уменьшился и врачи заинтересовались методикой лечения, просили выслать. Пришли обнадеживающие письма из Хабаровского края, Читы.

Хорошие результаты по лечению желче-каменной болезни, болезней печени и поджелудочной железы. Но вся беда в том, что лечение болезни - это не одноактная пьеса, а длительный процесс, растягивающийся на месяцы и годы. А мы все ждем моментального исцеления. Соглашаемся на любые операции, т.к. тут самому ничего делать не надо. Все сделают за тебя, тебе только остается пассивно глотать таблетки, да лежать под капельницами. А каково будет качество жизни после операции - кого это волнует? Особенно в онкологии.

Коснулась онкология и моей семьи: у мужа обнаружили рак желудка. Все врачи, знакомые и родные были за операцию. Я - против. Уговаривала хотя бы месяц пролечиться растительными ядами, а потом уже решать. Нет! Довод:

- У народной медицины нет методики, чтобы гарантировать излечение.

Но и у официальной только нож, химия и облучение, в результате которых человек не выздоравливает, ему просто продляют жизнь, а вот какой будет эта жизнь? Разница между народной и официальной медициной главным образом в том, что в официальной медицине с

тырь, простояли службу, поставили свечи, исповедались, соборовались. Я заказала сорокоуст за здравие. Там встретили мужчину из Воронежа, которому сделали операцию летом 2001 г. по поводу полипов прямой кишки. После операции он стал чувствовать себя хуже, очень сожалеют и он, и жена, что согласились на операцию, надо было лечиться растительными ядами.

Я сказала: это Божий знак, это подсказка свыше. Но...

И вот день операции. Не отхожу от телефона. Операция длилась более 5 часов. И я сразу поняла, что дело очень серьезно. И когда мне сказали, что у мужа удалили желудок, селезенку, лимфоузлы, оба сальника и 50% толстого кишечника, у меня был шок. Как же жить?! 3 дня я не могла прийти в себя. Пошла в церковь помолиться у иконы Божьей матери Всецарице, которой молятся за онкобольных. И через некоторое время поняла, что человеку невозможно, то Богу возможно. И успокоилась. Сорокоусты были заказаны в 2 монастырях и 2 храмах. По окончании срока продляю. Без Божьей помощи не помогает никакое лечение.

Как мой муж возвращался к жизни в новом качестве, расскажу в следующем номере.

Алевтина ПОХОДЯЕВА,
г.Липецк. 398042, ул.Космонавтов, д.100, кв.29. Тел. 8-0742-25-65-01.

№ 24, июнь 2002 года

В КОНЦЕ НОМЕРА

ЗВЁЗДЫ СОВЕТУЮТ...

ГОРОСКОП ВАШЕГО ЗДОРОВЬЯ

17 ИЮНЯ, ПОНЕДЕЛЬНИК

Достаточно здоровый день: энергетический тонус повышается, так что можно увеличить физические нагрузки. Улучшаются способности к обучению и восприятию нового. Можно лечить заикание и другие дефекты речи. Нельзя голодать. Сны имеют значение.

18 ИЮНЯ, ВТОРНИК

Повышается чувствительность гормональной системы, надпочечников и щитовидной железы. Любое важное дело лучше начинать именно сегодня. Однако нельзя пользоваться экстрасенсорными и магическими методами воздействия на организм. Рекомендован сбор лекарственных трав, изготовление лекарств.

19 ИЮНЯ, СРЕДА

Первая половина дня неблагоприятна: может возникать беспричинная усталость, повышенная утомляемость. Малоудачный день для начала нового цикла лечения, особенно хронических болезней. Не рекомендовано есть лук и яйца. Сны значения не имеют.

20 ИЮНЯ, ЧЕТВЕРГ

Повышена возбудимость нервной системы. Сегодня любые психотерапевтические и экстрасенсорные методы воздействия на организм могут оказывать очень сильный врачебный эффект, при неумелом же их применении - причинят немалый вред. Сны могут сбываться.

21 ИЮНЯ, ПЯТНИЦА

Солнце переходит в знак Рака. День летнего солнцестояния - самый длинный день в году. Сегодня хорошо начинать цикл ле-

Холодник

Сырую свеклу натереть на крупной терке, залить горячей водой, добавить немного яблочного уксуса или лимонного сока (чтобы свекла сохранила цвет) и довести до кипения. Охладить. Отваренный в «мундире» картофель (или морковь) и свежие огурцы мелко нарезать, добавить в свекольный отвар. Развести квасом. В тарелку положить сметану, зелень, крутое яйцо.

Начинка для блинчиков

1 стакан творога, 2 ст.ложки меда, 3 ст.ложки измельченных орехов, 1 ч.ложка цедры апельсина или лимона.

Соединить творог, мед и орехи, хорошо перемешать, добавить цедру. Нафаршировать блинчики или подать как пасту для гренок.

СЛОВАРЬ МЕДИЦИНСКИХ ТЕРМИНОВ

КОНВЕРГЕНЦИЯ - движение глаз, в результате которого обе зрительные линии сходятся.

КОНВУЛЬСИЯ - сильная судорога всего тела.

КОНДИЛОМА - ограниченные сосочковые разрастания кожи или слизистых оболочек воспалительного характера.

КОНКРЕМЕНТЫ - плотные образования, камни, возникающие в полостях или тканях организма вследствие выпадения солей при нарушении обмена веществ и изменении химического состава скелета (напр., камни в мочевом пузыре).

КОНТАГИЙ - возбудитель инфекционной болезни (термин введен в XVI в. для обозначения «заразного начала»).

КОНТРАКТУРА - стойкое ограничение нормальной подвижности в суставе вследствие его поражения, а также повреждения мышц, кожи, связок, фасций или нервов.

КОНТУЗИЯ - ушиб, сотрясение, общее поражение организма без видимых повреждений (например, ударной волной при взрыве), сопровождающееся потерей сознания, нарушением сердечно-сосудистой деятельности, дыхания, слуха и речи.

КОНЪЮНКТИВА - тонкая, прозрачная слизистая оболочка, покрывающая заднюю поверхность век и переднюю поверхность глазного яблока (до роговицы).

КОРОНАРНЫЙ - относящийся к венечным артериям сердца.

КОРТИЗОН - один из гормонов коры надпочечников из группы кортикостероидов; продукт превращения в организме другого гормона - гидрокортизона; широко применяется в медицине.

КОРТИКОСТЕРОИДЫ - группа стероидов, обладающих свойствами гормонов коры надпочечников; к кортикостероидам относятся собственно гормоны коры надпочечников, их химические предшественники и продукты превращений; кортикостероиды могут быть извлечены из надпочечников и других тканей и получены синтетически; одни кортикосотероиды действуют на минеральный обмен организма (альдостерон), другие - на углеводный (гидрокортизон) и белковый обмен, третьи действуют по типу половых гормонов.

КРЕПИТАЦИЯ - своеобразный звук (хруст), прослушиваемый в легких при некоторых болезненных процессах, а также возникающий при трении друг о друга костных обломков в местах переломов или в суставах при отложении в них солей и т.д.

КРЕТИНИЗМ - заболевание, характеризующееся задержкой физического и психического развития, доходящей иногда до резкого слабоумия, и нарушением функции щитовидной железы; наблюдается в ряде гористых мест Европы, Азии, Южной Америки, Африки; связано с местным недостатком содержания йода в воде и почве.

КРИОТЕРАПИЯ - лечение холодом; умеренное, не вызывающее оледенения охлаждение, являющееся противоболевым средством и средством, местно снижающим процессы обмена; резкое охлаждение применяется для разрушения болезненного изменения тканей.

СМЕХОТЕРАПИЯ

ПОХОЖИ КАК ДВЕ КАПЛИ ВОДЫ

Молодая женщина гуляет с младенцем в коляске. К ней подходит ее знакомая:

- Ой, какой хорошенький! Как две капли воды похож на твоего мужа!

Женщина задумчиво:

- Ты так считаешь? Собственно говоря, это ребенок нашей соседки с третьего этажа!

***

К врачу приходит женщина. Он ее спрашивает:

- Что вас беспокоит?

- Муж, господин доктор. Но на этот раз я пришла к вам из-за моей печени.

***

ПОЗДРАВЛЯЕМ ПОБЕДИТЕЛЕЙ!

Состоялся розыгрыш призов среди наших подписчиков на II полугодие 2002 года.

Набор элитной косметики получат:

СЕРЕБРОВСКАЯ Л.А., Н.Новгород;

СОЛОВЬЕВА Т.А., Н.Новгород;

МОСКАЕВА Т.В., г.Лысково, Нижегородская обл.;

АФОНИНА Е.Н., г.Кстово, Нижегородская обл.;

ФОМИНА С.Ф., Первомайский р-н, Нижегородская обл.

Для получения призов позвоните в редакцию по телефонам: 34-91-15, 34-91-16, 34-82-57. Призы выдаются по предъявлении паспорта и подписной квитанции на второе полугодие 2002 года.

болезней. Не рекомендовано есть лук и яйца. Сны значения не имеют.

20 ИЮНЯ, ЧЕТВЕРГ

Повышена возбудимость нервной системы. Сегодня любые психотерапевтические и экстрасенсорные методы воздействия на организм могут оказывать очень сильный врачебный эффект, при неумелом же их применении - причинят немалый вред. Сны могут сбываться.

21 ИЮНЯ, ПЯТНИЦА

Солнце переходит в знак Рака. День летнего солнцестояния - самый длинный день в году. Сегодня хорошо начинать цикл лечения. Рекомендована аскеза, занятия медитацией, йогой. Следует быть осторожными с колющими и режущими предметами: повышается вероятность порезов и повреждений кожи. Старайтесь не давать воли эмоциям.

22 ИЮНЯ, СУББОТА

Благоприятный день для профилактики и лечения болезней верхних дыхательных путей. Если вы приняли решение бросить курить, то сегодня вам будет проще перейти от слов к делу. Будьте осторожны с физическими нагрузками.

23 ИЮНЯ, ВОСКРЕСЕНЬЕ

Достаточно здоровый день. Медицинских противопоказаний нет. Показана физическая активность. Наиболее удачно проходят процедуры по лечению нервной системы, рук, плеч и органов дыхания. Приснившееся сегодня не сбудется.

В СЛЕДУЮЩЕМ НОМЕРЕ:

- Кому нельзя голодать
- Рассеянный склероз
- После операции
- Судороги у ребенка
- Приворот – роковой поворот

СМЕХОТЕРАПИЯ

ПОХОЖИ КАК ДВЕ КАПЛИ ВОДЫ!

Молодая женщина гуляет с младенцем в коляске. К ней подходит ее знакомая:

- Ой, какой хорошенький! Как две капли воды похож на твоего мужа!

Женщина задумчиво:

- Ты так считаешь? Собственно говоря, это ребенок нашей соседки с третьего этажа!

***

К врачу приходит женщина. Он ее спрашивает:

- Что вас беспокоит?

- Муж, господин доктор. Но на этот раз я пришла к вам из-за моей печени.

***

Супругам приносят телеграмму. Жена читает и молча разрывает в клочья.

Муж недоволен:

- Мы же договорились, что между нами не будет секретов, мы поровну поделим радости и печали...

- Ну ладно, - говорит жена. - Какая-то там Катька сообщила, что мы стали отцами ее ребенка.

***

Маленький мальчик и девочка рассматривают книгу Брема «Жизнь животных».

- Может!

- Не может!

- Может!

- Не может! Пойдем бабушку спросим.

Прибегают на кухню.

- Бабушка, а у тебя могут быть дети?

- Ну что вы, милые, конечно, нет.

- Я же тебе говорил, что она самец.

ПОЗДРАВЛЯЕМ ПОБЕДИТЕЛЕЙ!

Состоялся розыгрыш призов среди наших подписчиков на II полугодие 2002 года.

Набор элитной косметики получат:

СЕРЕБРОВСКАЯ Л.А., Н.Новгород;

СОЛОВЬЕВА Т.А., Н.Новгород;

МОСКАЕВА Т.В., г.Лысково, Нижегородская обл.;

АФОНИНА Е.Н., г.Кстово, Нижегородская обл.;

ФОМИНА С.Ф., Первомайский р-н, Нижегородская обл.

Для получения призов позвоните в редакцию по телефонам: 34-91-15, 34-91-16, 34-82-57. Призы выдаются по предъявлении паспорта и подписной квитанции на второе полугодие 2002 года.

физического и психического развития, доходящей иногда до резкого слабоумия, и нарушением функции щитовидной железы; наблюдается в ряде гористых мест Европы, Азии, Южной Америки, Африки; связано с местным недостатком содержания йода в воде и почве.

КРИОТЕРАПИЯ - *лечение холодом; умеренное, не вызывающее оледенения охлаждение, являющееся противоболевым средством и средством, местно снижающим процессы обмена; резкое охлаждение применяется для разрушения болезненного изменения тканей.*

Учредитель: ЗАО «Издательство «Газетный мир»
Генеральный директор А. А. ЗАБОТИН
Телефон 32-78-14.
Адрес: 603126, Н.Новгород, ул. Родионова, д. 192, корп.1

Рекламное агентство
Директор, зам. директора: телефон 34-88-20
Менеджеры, тел.: 34-88-22, 34-82-54
Региональная группа, тел./факс 34-88-22
E-mail: reclama @ idnp.ru
Материалы, помеченные знаком *, размещены на правах рекламы.

«Твое здоровье»
№24 (227), июнь 2002 г.
Адрес редакции: 603126, Нижний Новгород, ул.Родионова, дом 192, корп.1
Телефон 32-78-16
Главный редактор В.В.ШАБАНОВА

E-mail:zdorovye@idnp.ru
Адрес в Интернете: www.idnp.ru

Служба распространения и доставки
Телефоны: 34-82-57, 34-91-15, 34-91-16
E-mail: dostavka @ idnp.nnov.ru

Газета зарегистрирована в Министерстве РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций 10.10.2000.
Регистрационное свидетельство ПИ № 77-[illegible]
Подписано к печати: 10 июня 2002 г. в 16 часов (по графику - в 16 часов)
Отпечатано в ФГУП ПП «Нижполиграф», Н. Новгород, ул. Варварская, 82
Тираж 22311. Заказ № 1078624.
Цена в розницу договорная.
Подписной индекс
51309

НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ

Октябрь 1999 г.
№ 20 (66)

Домашний доктор

Общий тираж 294585 экз.

ПРИЛОЖЕНИЕ К ГАЗЕТЕ Толока

Сегодня в номере:

Читатель помогает читателям

В народной медицине есть немало рецептов, которые применяют для лечения кист на яичниках. Некоторые из них я хотел бы предложить читателям уважаемой мною газеты.

● 3 ст. л. кукурузных рылец залить 1 ст. воды. Довести до кипения и кипятить на малом огне 10 мин., процедить. Принимать по 50 г 3 раза в день.

● Довольно эффективным средством является настой лапчатки гусиной, который можно приготовить в двух вариантах — на воде либо на молоке. 2 ст. л. травы залить 0,5 л кипятка или кипяченого горячего молока. Настоять 2 часа, процедить. Принимать по 0,5-1 ст. 3 раза в день за полчаса до еды. Не уступает по силе воздействия и отвар этой травы: 1 ст. л. сырья залить 1 ст. воды, кипятить 15 мин., настаивать 2 часа, процедить. Принимать по 1/4 ст. 3-4 раза в день.

Травы от кисты яичников

● Отвар манжетки готовят на виноградном вине: 3 ст. л. травы залить 0,5 л вина, кипятить 5 мин. Настаивать сутки, процедить. Принимать для спринцеваний в теплом виде.

● Из свежих листьев полыни горькой делают повязки на низ живота.

● 2 ст. л. травы репешка залить 3 ст. кипятка, настоять 15 мин., процедить. Принимать по 0,5-1 ст. 3 раза в день перед едой.

● Для приготовления отвара из чернокорня лекарственного в ход идут его листья или корни. 1 ч. л. сырья залить 2 ст. воды, кипятить 15 мин., процедить. Принимать по 0,5 ч. л. 3 раза в день. Из этих же «исходных данных» готовят настой: 1 ч. л. листьев или корней залить 2 ст. кипятка, настоять в течение часа, процедить. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день. Следует помнить, что чернокорень — растение ядовитое, принимать его следует осторожно, строго соблюдая дозировки.

● Можно попробовать лечить кисту яичников и отваром веток шиповника: 2 ст. л. измельченного сырья на 1 ст. воды, кипятить 15 мин., процедить. Принимать по 0,5-1 ст. 3 раза в день за 30 мин. до еды.

Курс лечения — 2-3 недели.

● Очень полезно при этом заболевании пить тыквенный сок.

● Хороший эффект дает настой из смеси цветов ромашки аптечной и травы мелиссы, взятых в равных долях. 1 ст. л. смеси залить 1 ст. кипятка, настоять 4 часа, процедить. Пить в горячем виде по 1 ст. 3 раза в день.

● Приготовьте сбор из цветов ромашки аптечной и календулы, добавьте траву чистотела (все взять по 1 ст.л.). Засыпьте смесь в эмалированную кастрюлю и залейте 0,5 л кипятка. Накройте кастрюлю крышкой, укутайте в теплое одеяло и поставьте на ночь в теплое место. Утром процедите. Принимайте в теплом виде по 0,5 ст. 3 раза в день за 30 мин. до еды.

Отвар можно хранить в холодильнике не более 2-х суток. Принимать его следует в течение месяца, затем сделать месячный перерыв. И так — до выздоровления. Начинать же лечение желательно в 1-й четверти луны.

Виктор ШУНКОВ, пчельник, г. Нижнего Сергиевской обл.

Отдайте должное прополису

рал второе. Начал читать всевозможную литературу, поднял все медицинские архивы. И вот однажды в журнале «Пчеловодство» прочел несколько статей пчеловодов (к тому же, врачей), которые поделились своими наблюдениями

Проверено на себе

Лечу по две

После травмы жизнь продолжается

Если у кого-то есть переломы, доставляющие неприятности, то

Пчелиная «тряпка» — от радикулита

Радикулит — «вредная» болезнь

50 г 3 раза в день.

● Довольно эффективным средством является настой лапчатки гусиной, который можно приготовить в двух вариантах — на воде либо на молоке. 2 ст. л. травы залить 0,5 л кипятка или кипяченого горячего молока. Настоять 2 часа, процедить. Принимать по

● Из свежих листьев полыни горькой делают повязки на низ живота.

● 2 ст. л. травы репешка залить 3 ст. кипятка, настоять 15 мин., процедить. Принимать по 0,5-1 ст. 3 раза в день перед едой.

● Для приготовления отвара из чернокорня лекарственного в ход

сту яичников и отваром волосистоцветного сыровника: 2 ст. л. измельченного сырья на 1 ст. воды, кипятить 15 мин., процедить. Принимать по 0,5-1 ст. 3 раза в день за 30 мин. до еды.

Курс лечения — 2-3 недели.

● Очень полезно при этом заболевании пить тыквенный сок.

● Хороший эффект дает настой

Отвар можно хранить в холодильнике не более 2-х суток. Принимать его следует в течение месяца, затем сделать месячный перерыв. И так — до выздоровления. Начинать же лечение желательно в 1-й четверти луны.

Виктор ШУНКОВ, врачевик, д.Пужево Смоленской обл.

Отдайте должное прополису

В одно прекрасное сентябрьское утро я проснулся от сильной боли во всем теле и с высокой температурой. До больницы еле доплелся. Знакомый врач-хирург осмотрел меня и нашел обострение гастрита, гайморит, фронтит. Пришлось лечь в больницу. Вскоре ко мне прислали врача-терапевта, которая выявила двухстороннее воспаление легких. Взяли анализы крови, мочи. Неожиданно ко всем этим болезням прибавился сахарный диабет. Сахар в крови составил 17 единиц. Жажда была страшная. За ночь по 3 чайника воды выпивал.

Узнав о моем плачевном состоянии, знакомый врач-хирург посоветовал не соглашаться на уколы инсулина, а пить вместо этого физиологический раствор. Вдобавок супруга ежедневно приносила в трехлитровой банке малосольный капустный рассол. Благодаря такому питью, сахар немного снизился.

Через несколько дней, подлечив пневмонию, меня отправили в республиканскую больницу в г.Чебоксары, три недели обследовали. И наконец консилиум врачей под руководством профессора определил у меня воспаление нервных окончаний в бугорке головного мозга, несахарный диабет.

Снабдив порошками (адиурекрин) от жажды, отправили домой. А через год жажда возобновилась, заложило нос. И я снова оказался в Чебоксарах. Это было в 1975 году. Оперировали по поводу полипо-гайморита. Случайно задели тройничный нерв.

Прибавилась новая неизлечимая болезнь — сильные боли в области тройничного нерва в течение всех 24-х часов в сутки.

И надо было выбирать: или смириться со всеми своими болезнями, или любой ценой «выкарабкаться» из этой ситуации. Я выбрал второе. Начал читать всевозможную литературу, поднял все медицинские архивы. И вот однажды в журнале «Пчеловодство» прочел несколько статей пчеловодов (к тому же, врачей), которые поделились своими наблюдениями при лечении прополисом.

Тогда я впервые и открыл для себя прополис как универсальное средство от многих болезней, научился делать вытяжку прополиса на 70-град. спирту в соотношении 1:5. После 7-10-ти дней настаивания пил ее за полчаса до еды 3 раза в день по 16 капель (тогда была такая установка), разбавляя их в ложке воды или молока. Через три недели усмирил тройничный нерв, боли ослабли, еще через неделю и совсем прошли. Проверил кровь на сахар — он оказался в норме (5 единиц).

Пробовал не вдыхать адиурекрин, но жажда еще была.

После месячного лечения прополисом сделал двухнедельный перерыв, а затем снова начал его пить. После 2-го курса — жажда исчезла, я отказался от порошка. Во время лечения соблюдал, конечно же, диету и никаких других лекарств от диабета не принимал. Когда результаты анализов легли на стол моему лечащему врачу-эндокринологу, та не поверила. 10 лет еще я придерживался диеты. Но ни диабет, ни тройничный нерв больше не давали о себе знать. Сахар всегда был в норме, и жажда не мучила. По моему примеру и некоторые мои знакомые-диабетики избавились от этой болезни. А недавно еще одна знакомая, выдержавшая три сложнейшие хирургические операции, при помощи прополиса снизила сахар в крови с 18 до 3,8 единиц.

С тех пор, как я тяжело переболел всеми вышеперечисленными болезнями, прошло уже 24 года. На сахар не жалуюсь, на диабет тоже. И все у меня со здоровьем, слава Богу, хорошо.

Последуйте моему примеру, отдайте должное прополису и, я уверен, когда-нибудь скажете мне спасибо.

Петр ПЕЧКОВ, Чувашия, с.Б.Яльчики.

Проверено на себе

Лечу по две болезни сразу

Ваша газета мне очень нравится, спасибо, что она есть. В одном из номеров за этот год была просьба помочь облегчить состояние при невралгии тройничного нерва. Увы, это состояние мне знакомо, сама давно болею. Чем меня только ни лечили. Но случайно обнаружила, что лучше всего спасают (как раз на тот момент «приводила в порядок» ухо) антибиотики. С тех пор при сильных болях я их и принимаю либо в таблетках, либо в виде уколов. Всегда становится лучше.

Точно такая же «двойная история» вышла у меня и с другой не очень-то приятной «мелочью», как жжение языка. Убирала аллергию 10%-ным хлористым кальцием, принимала его по 1 ст. л. 3 раза в день, запивая молоком. Заодно избавилась и от «языковых» проблем.

София СМОЛЯР, Смолевичский р-н Минской обл.

После травмы жизнь продолжается

Если у кого-то есть переломы, доставляющие неприятности, то «смягчить» их поможет такая «микстура»: смолоть на кофемолке яичную скорлупу, добавить мед и сок лимона (все в равных долях), смешать. Употреблять за полчаса до еды.

А для уменьшения хромоты можно приготовить такую жидкую мазь для растирания: взбить желток яйца с 1 ч. л. скипидара и 1 ст. л. яблочного уксуса.

А еще есть у меня «фирменная» мазь от всех ран. 100 г вазелина довести до кипения, охладить до 60 град., добавить 10 г прополиса и нагреть до 80 град. Через 10 мин. профильтровать в чистый сосуд и плотно его закрыть. Мазь готова.

А тем, у кого эпилепсия, надо есть как можно больше сырого лука, а еще лучше — пить его сок. Это дает хороший эффект: припадки становятся мягче и реже повторяются.

Зоя ЧЕРКАС, г.Минск.

Пчелиная «тряпка» — от радикулита

Радикулит — «вредная» болезнь. Есть, однако, и немало способов ее лечения. Например, мои родные, деревенские жители, находили спасение от этой хвори в... тряпке из ульев. Известно, что пчеловоды, когда вставляют рамки в улей, кладут поверх их чистую ткань. Пчелки на эту ткань «ходят». В течение определенного времени тряпка покрывается и пропитывается черным душистым налетом. Впоследствии «отработанную» ткань пчеловоды выбрасывают и заменяют ее новой. Так вот: эта самая «отслужившая» пчелам тряпка и есть самое лучшее средство от радикулита. Надо на ночь обернуть поясницу этой тканью — и вся недолга. Наутро встанете, как огурчик.

Кстати, «пчелиная тряпка» — многоразового пользования, ее можно хранить, где угодно, поместив в полиэтиленовый пакет.

Раиса ЛЕБЕДЕВА, г.Калининград.

Об этом мы писали

РАДИКУЛИТ свалил... Фраза, которую мы часто слышим, произносим. Радикулит — болезнь, возникающая при сочетании самых разнообразных факторов: охлаждения, нарушения обмена веществ, инфекции, интоксикации, физического перенапряжения, при наличии изменений в позвоночнике. О симптомах заболевания многие знают не понаслышке: боль в пояснично-крестцовой области, что эхом отдается по наружно-задней поверхности бедра, голени и стопы. Боли (стреляющие, ломящие и др.), что, как правило, усиливаются при движениях, охлаждении, кашле, при ходьбе вниз по лестнице, при поднимании ноги вверх, при малейшей физической нагрузке, даже при перемене положения тела в постели...

Столь «популярная» болезнь всегда была не менее популярной и на страницах нашей газеты, о радикулите мы писали часто и много. Итак, в 1996 году он «присутствовал» уже в самом первом номере на шестой странице, а также в NN 2 (8 стр.), 3 (4, 6), 4 (5), 6 (3), 10 (7), в 1997 году публикации о радикулите и методах его лечения всевозможными народными средствами были в NN 1 (5), 4 (7), 5 (4), 8 (6), 10 (6, 7), 11 (4), 12 (1), в 1998 году — в NN 1 (3), 8 (1), 9 (1, 3), 12 (3), 15 (3, 4), 17 (4), 18 (1, 7, 8), 19 (1, 7), 23 (1), а также в текущем году в NN 4 (7), 6 (6), 9 (6, 7), 10 (3, 6), 12 (4), 13 (1), 14 (5), 16 (1), 18 (6), 19 (3, 5).

Как всегда, тем, кто пожелает лечить свой радикулит по нашим рецептам, мы за определенную плату можем выслать подборку ксерокопий публикаций из перечисленных выше номеров газеты.

Боль людская

1999г. Народные средства лечения и профилактики
Домашний доктор
Толока № 20

Зов о помощи

МУЖ тяжело болен рассеянным склерозом. Может, кто-нибудь нашел верный метод лечения этого коварного недуга? Буду очень рада любому совету.

КУНДИНА Ольга Николаевна, 113482 Россия, г.Москва, К-482, Зеленоград, корп. 344, кв.59.

ОЧЕНЬ прошу помочь травами, препаратами и советами в лечении онкозаболевания пищевода и желудка у мужа.

ТКАЧЕВА Г.А., 301280 Тульская обл., г.Болохово, ул.Ленина, д.21, кв.9.

ДОЧЬ (13 лет) болеет хр. левосторонним полипозным гнойным отитом. Два месяца лечили в больнице, но избавиться от гноя не удалось. И еще у нее обнаружили кисту головного мозга. Порекомендуйте эффективные способы лечения, поделитесь рецептами.

ГЕРМАШ Наталья Викторовна, 352130 Россия, Краснодарский край, г.Кропоткин, ул.Красная, д.119/49.

ДЕТИ (8 и 5 лет) страдают хр. тонзиллитом и плоскостопием. Как избавиться от этих недугов?

ШЕМЕЕВА Ирина, 346360 Россия, Ростовская обл., г.Зверево, ул.Обухова, д.47, кв.7.

БУДУ благодарна тому, кто поделится рецептами лечения косточки на большом пальце ноги.

ГАРЛЕВИЧ Тамара В., 223036 Минская обл., г.Заславль, м-н 1, д.4а, кв.45.

ПРОШУ откликнуться тех женщин, которым удалось полностью вылечиться от фиброзлов в матке. Можно ли в этом случае надеяться на излечение? Посоветуйте.

ДУБРОВСКАЯ Жанна Альбертовна, 246050 г.Гомель, ул.Гагарина, д.28, кв.2.

У 7-ЛЕТНЕГО сына киста головного мозга, атрофия зрительного нерва. Если кто-то знает методы лечения, пожалуйста, помогите, отзовитесь!

ТИМОШИНА Г.Б., Россия, Рязанская обл. и р-н, п/о Кораблино, д.Богданово.

ПОМОГИТЕ вылечиться от эпилепсии. Болею уже 12 лет, сейчас мне 29. Заболела после перенесенного нервного стресса.

КОЛЕСНИЧЕНКО Татьяна Петровна, 309513 Россия, Белгородская обл., г.Старый Оскол, м-н Парковый, д.16, кв.16.

У ДОЧЕРИ (4 года) с рождения аллергия на молоко. В 3 месяца обнаружили стафилококк. Лечили антибиотиками. В 1 год поставили диагнозы: дисбактериоз, синдром Целиакия, поливалентная пищевая аллергия, аллергия на медикаменты. Постоянно «сидит» на бифидумбактерине и больших дозах ферментов. Кроме риса, мяса и картофеля ребенок ничего не получает (бро[illegible] и поносы). Вот уже хромота в правой ноге, дрожит правая рука. Резко ухудшилось зрение, на глазном дне появились кровоизлияния, тугоухость II ст. правого уха. Быстрая утомляемость, частые обмороки, звон в ушах, головокружения. Мне 45 лет, но я не теряю надежды на исцеление. Лечусь по методу Шевченко. Подскажите другие эффективные способы лечения.

ГОРБИК Светлана Николаевна, 225330 Брестская обл., Барановичский р-н, д.Деревная, ул.Земная, д.3.

ПОРЕКОМЕНДУЙТЕ способы нехирургического лечения жировика.

КУЛАКОВА О.П., 301340 Россия, Тульская обл., г.Алексин-4, ул.Заводская, д.9, кв.4.

МНЕ 30 лет, 10 из них страдаю бесплодием. Сделали операцию по поводу кисты правого яичника. Диагноз: нарушение менструального цикла, дисфункция яичников. Прошу помощи в лечении моего недуга.

ФЕСЬКОВА Т.А., 243100 Россия, Брянская обл., г.Клинцы, главпочтамт, до востребования.

МНЕ 26 лет. Страдаю мастопатией обеих молочных желез. Хотелось бы получить дельный совет в лечении.

СЕЛЕЗНЕВА И., 394053 Россия, г.Воронеж, ул.Невского, д.40, кв.229.

ИНТЕРЕСУЮТ методы лечения следующих заболеваний: хр. пиелонефрит, нефроптоз (опущение почки) I-II ст., диффузный нетоксический зоб, миома матки, колит, заболевание селезенки, киста почки, простатит, псориаз. Буду рада, если кто поделится советом, травами.

396750 Россия, Воронежская обл., г.Богучар, главпочтамт, до востребования, предъявителю паспорта XII-СИ N 615327.

БОЛЕН 20-летний сын. Диагноз: эритроцитоз. Люди милые, откликнитесь, кому известны народные средства борьбы с этой болезнью.

ШУВАЛОВА Ольга Александровна, 242800 Россия, Брянская обл., г.Жуковка, ул.Лесная, д.6, кв.56.

МНЕ 60 лет, болею ревматоидным артритом, остеопорозом. Буду рада получить совет от тех, кто излечился от этих недугов нетрадиционными методами.

ХАМИЦКАЯ Людмила Федоровна, 301340 Россия, Тульская обл., г.Алексин, ул.50 лет Октября, д.2, кв.25.

БОЛЕЕ 10 лет болею хр. панкреатитом, энтероколитом, холециститом, атрофическим гастритом. Недавно установили, что у меня уже эрозия и язва желудка. Мучаюсь от сильных болей. Как и чем теперь поддерживать свое состояние, не знаю. Пожалуйста, подскажите.

КАЗЛАУСКЕНЕ Роза, 5700 Литва, г.Кретинга, ул.Жемайчю, 8-58.

12-ЛЕТНИЙ сын второй год болен болезнью Пертеса. Поражена левая нога. Лечили глиной, но пока результатов нет. Отзовитесь, пожалуйста, кто смог вылечиться от этого недуга.

ГРОСУЛ Любовь, 603050 Россия, Московская обл., г.Чехов-4, ул.Комсомольская, д.5, кв.14.

ПОМОГИТЕ, пожалуйста, избавиться от лишнего веса и молочницы.

ЕВЕННОВА Н.М., 246003 г.Гомель, ул.Ново-Полесская, д.38, кв.35.

У 15-ЛЕТНЕГО сына увеличены лимфоузлы за ушами. Первый узелок появился 3 года назад без видимой причины, но потом стало болеть ухо. Полгода безрезультатно лечили отит. Затем поставили диагноз: острый эпитимпалит. Ухо периодически болит и подтекает. Медикаментозно лечиться не может, т.к. у него аллергия на антибиотики. В начале т.г. появился узел и за вторым ухом. Порекомендуйте, что делать. Как избавиться от лимфоузлов и подлечить уши.

СТАНИСЛАВЧИК Г.С., 231300 Гродненская обл., г.Лида, ул.Рыбиновского, д.70, кв.33.

СЫН (19 лет) болеет фурункулезом, поражены руки и грудь. Болеет 2 года. Медлечение и переливание крови не помогли. Дайте совет эффективного лечения.

МАЛАШ Мария Мечиславовна, 211720 Витебская обл., г.Докшицы, ул.Я.Купалы, д.10. Тел. (01257) 223-59.

Так хочется радоваться жизни

Ваша газета всегда помогала мне выживать, многие советы и предложенные вами рецепты испробовала на себе. Но... всех своих проблем со здоровьем, увы, не решила. Беда моя в том, что подводят ноги — передвигаюсь с трудом. Еще в 1982 году по внешним признакам врачи вынесли мне «вердикт» — рассеянный склероз. Но, несмотря на это и вопреки запретам медиков, я в 1986 году родила второго ребенка, о чем не жалею. Сначала все было без изменений, но с 1989 года болезнь стала прогрес[illegible]

У МЕНЯ врожденный вывих правого тазобедренного сустава, двухсторонний диспластический коксоартроз тазобедренных суставов III ст. Беспокоят боли, скованность движений, мерзнут стопы. Буду благодарна за совет, помощь, лечебные травы.

ЛЕМЕШЕВСКАЯ Ирина Евгеньевна, 224024 г.Брест, ул.Вульковская, д.54, кв.26.

МНЕ 44 года, болею неврозом, очаговой склеродермией. Шум и звон в ушах не прекращаются. Как вылечить эти заболевания? Может, есть народные средства или целители, которые смогут мне помочь?

ЛАБАНЬ Мария Романовна, 211980 Витебская обл., г.п.Ушачи, ул.Садовая, д.11, кв.20.

МНЕ 27 лет и уже 6 месяцев меня постоянно беспокоят сердечные боли. Диагноз: НЦД по смешанному типу. Во время ходьбы чувствуется сдавливание в груди, стоит ком в горле, покалывает сердце. Колющие боли бывают и в состоянии покоя. Кардиограмма сердца особых нарушений не выявила. Посоветуйте, что делать.

РУДЧЕНКО Елена, 213827 Могилевская обл., г.Бобруйск, ул.Советская, д.92, кв.8. Тел. 782-30.

ПОМОГИТЕ, пожалуйста, избавиться от лишнего веса и молочницы.

ЕВЕННОВА Н.М., 246003 г.Гомель, ул.Ново-Полесская, д.38, кв.35.

У 15-ЛЕТНЕГО сына увеличены лимфоузлы за ушами. Первый узелок появился 3 года назад без видимой причины, но потом стало болеть ухо. Полгода безрезультатно лечили отит. Затем поставили диагноз: острый эпитимпалит. Ухо периодически болит и подтекает. Медикаментозно лечиться не может, т.к. у него аллергия на антибиотики. В начале т.г. появился узел и за вторым ухом. Порекомендуйте, что делать. Как избавиться от лимфоузлов и подлечить уши.

СТАНИСЛАВЧИК Г.С., 231300 Гродненская обл., г.Лида, ул.Рыбиновского, д.70, кв.33.

СЫН (19 лет) болеет фурункулезом, поражены руки и грудь. Болеет 2 года. Медлечение и переливание крови не помогли. Дайте совет эффективного лечения.

МАЛАШ Мария Мечиславовна, 211720 Витебская обл., г.Докшицы, ул.Я.Купалы, д.10. Тел. (01257) 223-59.

Так хочется радоваться жизни

Ваша газета всегда помогала мне выживать, многие советы и предложенные вами рецепты испробовала на себе. Но... всех своих проблем со здоровьем, увы, не решила. Беда моя в том, что подводят ноги — передвигаюсь с трудом. Еще в 1982 году по внешним признакам врачи вынесли мне «вердикт» — рассеянный склероз. Но, несмотря на это и вопреки запретам медиков, я в 1986 году родила второго ребенка, о чем не жалею. Сначала все было без изменений, но с 1989 года болезнь стала прогрес[illegible]

зоб (5 узлов). Принимала дважды «Детокс», но узлы не уменьшились.

ЕРЕМЧУК Любовь Платоновна, 247500 Гомельская обл., г.Речица, ул.Снежкова, 30/70. Тел. 229-88.

ПРОШУ дать совет в лечении бартолинита, которым страдаю вот уже 4 года. Приходится 2 раза в год делать вскрытие гнойника. Напишите, кто знает, как избавиться от этой болезни.

Светлана, 211930 Витебская обл., г.Миоры, почтамт, до востребования, п/я N 608761.

БУДУ очень благодарен всем, кто поможет жене избавиться от эндемического зоба I ст. с повышенной температурой.

СЕМАК Александр Иванович, 230030 г.Гродно, ул.Калиновского, д.73, кв.139.

ВНУК (18 лет) 9 лет назад получил черепно-мозговую травму. Сейчас при умственной нагрузке беспокоят головные боли. Как от них избавиться?

У дочери (37 лет) болезнь Рейно. Постоянно мерзнут и немеют руки. Подскажите способы лечения.

ГРЕБЕННИКОВА Антонина, 246901 г.Гомель, г.п.Костюковка, ул.Гомельская, д.95.

ОЧЕНЬ сильно пьет муж. Умоляю написать тех, кому удалось избавить своих близких от этой напасти без их ведома.

ВЕСЕЛОВА Мария Николаевна, 248600 Россия, г.Калуга, ул.Московская, д.261, кв.2.

У МЕНЯ гипертония, перенес инсульт, но хожу. Постоянно принимаю клофелин, но хотелось бы узнать нетрадиционные методы лечения моих недугов. Напишите, пожалуйста.

СУХАНОВ Юрий, 182100 Россия, Псковская обл., г.В.Луки, п/о Кислово, д.1, кв.5.

10 МЕСЯЦЕВ назад мне поставили диагноз: миеломная болезнь. Возможно, кому-то пришлось столкнуться с этим недугом и его лечением. Подскажите средства лечения.

МИНАЕВА М.Б., 424000 Марий Эл, г.Йошкар-Ола, ул.К.Маркса, д.60, кв.4.

МНЕ еще нет и 16-ти лет, но у меня под глазами уже появились мешки. Помогите, пожалуйста, избавиться от них, а также подскажите, как набрать вес.

Юлия, 224009 г.Брест, ул.Шоссейная, д.88, кв.51.

ПОСЛЕ родов уже более 2-х лет болею шизофренией приступообразной формы (депрессия). Постоянные тревога, раздражительность, бессонница, головные боли, провалы в памяти, преследуют навязчивые идеи, болит душа. Примерно 6 лет назад у меня была черепно-мозговая травма. Возможно, это и явилось причиной. Люди добрые, помогите спастись.

ЗАЯЦ Лилия Викентьевна, 225391 Брестская обл., Ляховичский р-н, п/о Ляховичи, д.Пашковцы.

ЕЩЕ в начале этого года я обнаружил, что совсем потерял обоняние. Даже резкие запахи бензина и газа не улавливаю. Диагноз: функциональная анисмия. Прошу дать рекомендации, как и чем ее лечить.

МИКУЛО В.Н., г.Минск-22, ул.Горецкого, д.81, кв.7. Тел. 215-93-88.

БУДУ благодарна всем, кто поможет.

ЛЕОНОВИЧ Ирина, 220088 г.Минск, ул.Маяковского, д.154, кв.382.

Я (56 лет) — инвалид II гр. Диагноз: деформирующий артроз с поражением коленных и тазобедренных суставов. Подскажите, пожалуйста, как вылечить или хотя бы приостановить заболевание.

ИВАНОВА Валентина Николаевна, 300026 Россия, г.Тула, пр.Ленина, д.147, к.4, кв.53.

СЫН (35 лет) в 1994 г. перенес 35 сеансов облучения и химиотерапию по поводу тяжелой болезни горла. Через 4 года произошел парез правой стенки гортани и частично пропал голос, а еще через год — парез другой стенки гортани. Говорить может только шепотом. Развивается стеноз гортани. Прошли обследование в республиканском НИИ онкологии — рецидива нет. Врачи предлагают вставить трубку или сделать операцию. Может, есть другие средства?

КОВАЛЬЧУК Светлана Павловна, 247710 Гомельская обл., г.Калинковичи, ул.Октябрьская, 69. Тел. 225-82.

ПРОШУ откликнуться тех, кто знает, чем и как лечить рассеянный склероз. Муж (40 лет) болеет 4 года. Уже едва ходит. Может, кто-то вылечился?

Вида КИРУЛЕНС, 5030 Литва, г.Кедайняй, ул.Ляудес, д.11, кв.6. Тел. 574-21.

У МУЖА онкологическое заболевание желудка. Удален весь желудок, операция была сделана 5 мая т.г. После операции прошел 5 сеансов химиотерапии. Потерял 30 кг веса, пропал аппетит. Боль в области шва не прекращается. Просим откликнуться опытных травников.

МИКУЛО В.Н., г.Минск-22, ул.Горецкого, д.81, кв.7. Тел. 215-93-88.

БУДУ благодарна всем, кто помо[illegible]

ПОМОГИТЕ вылечиться от эпилепсии. Болею уже 12 лет, сейчас мне 29. Заболела после перенесенного нервного стресса.

КОЛЕСНИЧЕНКО Татьяна Петровна, 309513 Россия, Белгородская обл., г.Старый Оскол, м-н Парковый, д.16, кв.16.

У ДОЧЕРИ (4 года) с рождения аллергия на молоко. В 3 месяца обнаружили стафилококк. Лечили антибиотиками. В 1 год поставили диагнозы: дисбактериоз, синдром Целиакия, поливалентная пищевая аллергия, аллергия на медикаменты. Постоянно «сидит» на бифидумбактерине и больших дозах ферментов. Кроме риса, мяса и картофеля, ребенок ничего не получает (брожение в кишечнике и поносы). Вот уже 5 месяцев даже при такой диете поносы не прекращаются. Противоаллергенные препараты (типа кетатифен) давать боюсь. Отзовитесь, кто может помочь моей девочке.

РАКАЧ Светлана Владимировна, 230027 г.Гродно, ул.Репина, 29-55. Тел. 25-50-10.

ВНУЧКА (8,5 лет) страдает от заикания. Неоднократно проходила сеансы иглотерапии, гипноза, гомеопатическое лечение. Летом 1999 г. после гипноза и занятий с логопедом было значительное улучшение. В настоящее время в связи с занятиями в школе заболевание резко обострилось.

Отзовитесь, кто может помочь.

КОРОНЧИК Елена Наумовна, 230030 Беларусь, г.Гродно, ул.Болдина, 86, кв.95. Тел. 31-04-35.

У МЕНЯ киста правой молочной железы. Предлагают операцию. Я отказалась, т.к. мне уже за 70 лет. Как можно избавиться от кисты без операции?

МИРОНОВА Мария Семеновна, 222750 Минская обл., Дзержинский р-н, г.Фаниполь, ул.Заводская, д.7, кв.23.

МНЕ 29 лет. Недавно поставили диагноз: хр. гастрит, полип (4-5 мм) тела желудка. Буду очень благодарна всем, кто подскажет, как избавиться от полипов без операции.

РАМУШЕВИЧ Светлана Николаевна, 231776 Гродненская обл., Берестовицкий р-н, д.Ст.Дворец, ул.Молодежная, д.24, кв.7. Тел. 47-1-63.

УЖЕ год болею. Диагноз: вульгарная пузырчатка слизистой оболочки рта. Принимаю преднизолон. Кто имел успех в лечении такого заболевания, отзовитесь.

МУМАНЕНКО Тамара, 213730 Могилевская обл., г.Осиповичи, ул.Юбилейная, д.2, кв.101. Тел. 295-90.

ПОДСКАЖИТЕ, можно ли с помощью народных средств вылечить опухоль мозжечка правого полушария. Диагноз поставили в июне т.г. Сейчас постепенно нарушается координация движений: клонит в правую сторону,

БОЛЕЕ 10 лет болею хр. панкреатитом, энтероколитом, холециститом, атрофическим гастритом. Недавно установили, что у меня уже эрозия и язва желудка. Мучаюсь от сильных болей. Как и чем теперь поддерживать свое состояние, не знаю. Пожалуйста, подскажите.

КАЗЛАУСКЕНЕ Роза, 5700 Литва, г.Кретинга, ул.Жемайчю, 8-58.

12-ЛЕТНИЙ сын второй год болен болезнью Пертеса. Поражена левая нога. Лечили глиной, но пока результатов нет. Отзовитесь, пожалуйста, кто смог вылечиться от этого недуга.

ГРОСУЛ Любовь, 603050 Россия, Московская обл., г.Чехов-4, ул.Комсомольская, д.5, кв.14.

ПОМОГИТЕ справиться с фригидностью. Мне 26 лет. Если можно, вышлите нужные травы.

241027 Россия, г.Брянск, а/я 73.

МНЕ 26 лет. Буду благодарен тому, кто поможет снять с меня порчу на одиночество или, так называемый, венец безбрачия. Подскажите адрес человека, который сможет помочь.

Валерий, 398002 г.Липецк-2, до востребования, п/п 541259.

В РЕЗУЛЬТАТЕ автомобильной аварии получила травму позвоночника Не чувствую ног, не могу ими управлять. Передвигаюсь в инвалидной коляске. Поделитесь опытом, кто смог подняться на ноги, ведь мне всего 28 лет.

БОЛОННИКОВА Ирина, 222138 Минская обл., Борисовский р-н, п/о Нивки.

МАМА (69 лет) за год очень ослабла, плохо двигается, появилось дрожание рук, стала раздражительной, плаксивой. Врачи выписали множество сильнодействующих лекарств, но они малоэффективны. Болезнь быстро прогрессирует. Диагноз: энцефалопатия с синдромом паркинсонизма, атеросклероз сосудов головного мозга. Может, кто-либо поделится советом, как можно поддержать таких больных?

РОМАНОВСКАЯ Р., 5421 Латвия, г.Даугавпилс, ул.Райполес, 3-9.

ОТЗОВИТЕСЬ, народные целители, кто может помочь моему брату (48 лет). У него преждевременное семяизвержение и простатит.

ДАЙНЯК С.М., 301340 Россия, Тульская обл., г.Алексин, ул.Юности, д.6, кв.17.

МНЕ 24 года, 10 из них страдаю от тяжелых приступов эпилепсии с потерей сознания. Раньше приступы случались раз в год, а сейчас участились — 2 раза в месяц. Обычно это происходит днем. Заболела в результате испуга. Очень прошу помочь советами, рецептами в борьбе с этим коварным недугом.

ВАЗАН Наталья Михайловна, 211030 Витебская обл., г.Орша, ул.Новаторов, д.9, кв.171.

ОТКЛИКНИТЕСЬ, пожалуйста, кто может помочь справиться с моей бе-

ет, чем и как лечить рассеянный склероз. Муж (40 лет) болеет 4 года. Уже едва ходит. Может, кто-то вылечился?

Вида КИРУЛЕНС, 5030 Литва, г.Кедайняй, ул.Ляудес, д.11, кв.6. Тел. 574-21.

У МУЖА онкологическое заболевание желудка. Удален весь желудок, операция была сделана 5 мая т.г. После операции прошел 5 сеансов химиотерапии. Потерял 30 кг веса, пропал аппетит. Боль в области шва не прекращается. Просим откликнуться опытных травников.

МИКУЛО В.Н., г.Минск-22, ул.Горецкого, д.81, кв.7. Тел. 215-93-88.

БУДУ благодарна всем, кто поможет моему 5-летнему сыну избавиться от водянки яичка без операции.

КОРОЛЬ Маргарита Ивановна, 224013 г.Брест, пр-т Машерова, д. 94, кв.53.

У МАМЫ болит единственная почка, на ней киста, которая очень быстро растет. Посоветуйте что-нибудь, чтобы избавиться от кисты или хотя бы приостановить процесс болезни.

ШУКЕЛОВИЧ Марина, 222389 Минская обл., Мядельский р-н, п/о Сырмеж, д.Буйки.

У ОТЦА псориаз тяжелой формы. Он не может передвигаться (опухла нога, на коже глубокие трещины). Постоянно держится высокая температура. Буду благодарна всем, кто подскажет, как избавиться от этой болезни или знает, к кому обратиться

МИНОВА Е.В., 210015 г.Витебск, п/п ВМ 0007705. Тел. 62-27-62.

ПРОШУ откликнуться людей, способных помочь в лечении заикания у 5-летнего ребенка.

А.Л., 225860 Брестская обл., г.Кобрин, ул.700 лет Кобрина, д.4, кв.34.

Я ПЕРЕНЕС операцию по поводу катаракты, не вижу на этот глаз. Теперь катаракта начала созревать и на другом глазу, зрение очень упало. Люди добрые, помогите избавиться от катаракты любыми методами и сберечь зрение.

БЫКАДОРОВ Николай Митрофанович, 346000 Россия, Ростовская обл., пос.Черткова, ул.К.Маркса, д.195.

ПОДРУГА (23 года) болеет рассеянным склерозом уже 5 лет. Все это время не ходит. Прошу откликнуться тех, кому удалось добиться положительных результатов в лечении. Помогите, пожалуйста!

МАКАРОВА Юлиана, 238310 Россия, Калининградская обл., Гурьевский р-н, п.Васильково, ул.40 лет Победы, д.3а, кв.3.

МНЕ 40 лет, из них 16 мучаюсь от геморроя с сильными болями, иногда с кровотечениями. Очень боюсь операции, поэтому надеюсь на средства народной медицины. Буду рада, если кто подскажет их.

БУРОКЕНЕ Елена, Литва, г.Вильнюс, пр.Саванорю, 42-60.

БУДУ очень благодарна, если кто подскажет, как вылечить многоузловой

формы (депрессия). Постоянные тревога, раздражительность, бессонница, головные боли, провалы в памяти, преследуют навязчивые идеи, болит душа. Примерно 6 лет назад у меня была черепно-мозговая травма. Возможно, это и явилось причиной. Люди добрые, помогите спастись.

ЗАНЦ Лилия Викентьевна, 225391 Брестская обл., Ляховичский р-н, п/о Ляховичи, д.Пашковцы.

ЕЩЕ в начале этого года я обнаружил, что совсем потерял обоняние. Даже резкие запахи бензина и газа не улавливаю. Диагноз: функциональная анисмия. Прошу дать рекомендации, как и чем ее лечить.

КОМИСАРЧИК Владимир Борисович, 225860 Брестская обл., г.Кобрин, ул.Дзержинского, д.10, кв.50.

МУЖ (45 лет) и сын (23 года) 2 года болеют микробной экземой. Может, кто подскажет народные методы и средства лечения?

ЗАВИЛОХИНА Людмила Васильевна, 396090 Воронежская обл., Лискинский р-н, пос.Давыдовка, ул.60 лет Октября, д.11.

ЛЮДИ добрые, помогите, пожалуйста, вылечиться от хронического двухстороннего воспаления придатков.

СЕМЕНОВА Светлана Аркадьевна, 184209 Мурманская обл., г.Апатиты-9, а/я 249.

СПАСИТЕ сына. Во время работы на стройке получил травму. Периодически лежит в больнице, а ему все хуже. Сейчас у него эпилепсия в тяжелой форме (по 3 приступа за день), больны печень, почки, парализована правая рука. Отзовитесь, врачи, травники, целители.

СИТНИКОВ Владимир Иванович, 357814 Ставропольский край, Георгиевский р-н, с.Краснокумское, ул.Заводская, д.6.

У ВНУКА (13 лет) ниже колена образовалось уплотнение в виде шишки. Диагноз: осуда Шляйнера. Врачи бессильны. Добрые люди, подскажите, чем лечить.

РОМАНЕНКОВА А.Е., г.Ржев-3, ул.Челюскинцев, 23-64.

ДОЧЬ (50 лет) — инвалид второй группы. Диагнозы: полихондрит, арахноидит. Откликнитесь, пожалуйста, кто знает, как лечить эти болезни.

ПАНИЧЕВА И.Н., 241014 г.Брянск-14, ул.Новосоветская, д. 93, кв.47.

ПОДСКАЖИТЕ, есть ли эффективные способы лечения тромбофлебита глубоких вен ног, можно ли снять их отек, можно ли рожать при этом заболевании.

БОБРИК Светлана, 143217 Московская обл., Можайский р-н, п.Колычево, д.31, к.204-205.

НУЖЕН своевременный совет в лечении полипоза носа. Надеюсь вылечиться с помощью нетрадиционных методов.

КИЗИК Нина Семеновна, 222310 Минская обл., г.Молодечно, ул.Притыцкого, д.6, кв.7.

ОЧЕНЬ прошу откликнуться людей, которые обращались к доктору Водесу по поводу лечения кисты и злокачественной опухоли головы. Напишите о результатах лечения.

ТУРУТЬКО Алла, 225860 Брестская обл., г.Кобрин, ул.Дружбы, д.9, кв.52. Тел. 700-87.

Так хочется радоваться жизни

Ваша газета всегда помогала мне выживать, многие советы и предложенные вами рецепты испробовала на себе. Но... всех своих проблем со здоровьем, увы, не решила. Беда моя в том, что подводят ноги — передвигаюсь с трудом. Еще в 1982 году по внешним признакам врачи вынесли мне «вердикт» — рассеянный склероз. Но, несмотря на это и вопреки запретам медиков, я в 1986 году родила второго ребенка, о чем не жалею. Сначала все было без изменений, но с 1989 года болезнь стала прогрессировать. Ежегодно приходилось лечиться в больницах, но состояние не улучшалось. Стала работать над собой: обливалась водой, проводила лечебное голодание. В итоге удалось нормализовать зрение. А вот ноги...

Обращаюсь ко всем добрым людям, неравнодушным к чужой беде. Подскажите, как выйти из этого обреченного состояния. Возможно, такие целители живут недалеко, и не останутся безучастными к моему горю. Низкий поклон сотрудникам редакции за такую добрую, человечную газету! Дай, Бог, и вам, и всем читателям здоровья!

С искренним уважением и огромной надеждой

Валентина БОЛГОВА, 213200 г.Чаусы, ул.Пионерская, д.14, кв.17.

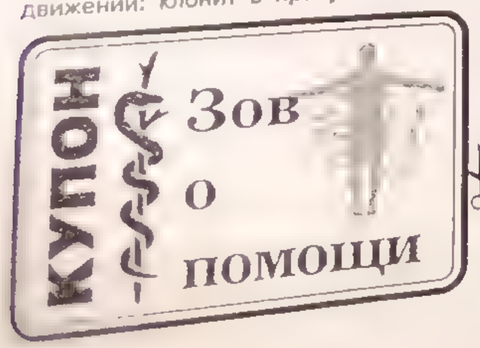
Спасите дочку

Пишет вам жительница г.Борисов Минской обл. Жанна Владимировна Шпакова. Вашу газету читаю давно и постоянно, она мне очень нравится. Так случилось, что вынуждена обращаться к добрым людям за помощью. Моей дочери Виолетте всего год и пять месяцев, но она серьезно больна — лейкемия. Требуется срочное лечение в России, а на него, в свою очередь, — очень большая сумма денег, которых у меня нет. К тому же, недавно похоронила мужа и сейчас — хоть караул кричи...

Надеюсь, среди тех, кто прочитает мое письмо, найдутся добрые и сострадательные люди, готовые поддержать меня, помочь спасти мою доченьку.

Заранее всем признательна.

Адрес для пожертвований: 222120 Минская обл., г.Борисов, АСБ «Беларусбанк», отделение N 628 0000, счет 01091092 с пометкой: «Для лечения Виолетты».



Зовы о помощи и письма в рубрику «Для лечения нужны» публикуются бесплатно, **но только при наличии вырезанного из этого номера купона, четко написанного диагноза, ПОЛНОГО обратного адреса и, если есть, номера телефона!**

Помоги себе сам

Для лечения нужны

Трава **дурмана.**

ДУБОНОС С.А., 231900 Гродненская обл., г.Волковыск, пер.129-й Орловской дивизии, 11.

Цветки **каштана конского.**

АМЕЛИН А.А., 182100 Россия, Псковская обл., г.Великие Луки, пер.Пескарева, д.7, к.2, кв.17.

Семена **мордовника** (на 2 курса лечения),

СУХАПОВ Юрий Александрович, 182100 Россия, Псковская обл., г.Великие Луки, п/о Кислово, д.1, кв.5.

Бузина травянистая (трава).

ШУТ Таиса Романовна, 222430 Минская обл., Вилейский р-н, д.Чижевичи, 17.

Корень **марены красильной (крапп).**

ЖОЛНЕРЧУК Елена Николаевна, 225862 Брестская обл., Кобринский р-н, п/о Петьки. Тел. 762-52.

Трава **ряски.**

ЖУКОВА И.Н., 184642 Россия, Мурманская обл., Североморский р-н, п.Росляково, ул.Зеленая, д.1, кв.49.

Трава **бузины.**

ИВАНОВА Н.А., 238550 Россия, Калининградская обл., г.Светлогорск, ул.Пушкина, д.7, кв.2.

Очанка лекарственная (трава), **сабельник болотный** (корни и надземная часть).

БЫКОВ Анатолий Андреевич, 129164 Россия, г.Москва, пр.Мира, д.120, кв.106.

Шелуха **земляного ореха** (арахиса), корень и стебли **сабельника болотного.**

АПУШКИНА Мария Федоровна, 431030 Республика Мордовия, п.Торбеева, ул.Макарова, д.2.

Мазь Вилькинсона.

ЧЕЧУЛИНА С.М., 247600 Гомельская обл., г.Хойники, ул.Первомайская, д.6, кв.2.

Вытяжка **болиголова, аконит** (корень), трава или семена **бузины травянистой.**

ГУРА Римма Николаевна, 300027 Россия, г.Тула, ул.Металлургов, д.49, кв.29.

Побеги (веточки с иголками) **пихты** — 1 кг.

ПУСТОШИЛО Мария Филипповна, 210009 г.Витебск, ул.Терешковой, д.28, к.1, кв.56. Тел. 24-21-97.

Трава **дурнишника и кирказона.**

ШАРГОРОДСКАЯ Валентина Ивановна, 150043 Россия, г.Ярославль, ул.Белинского, д.2, кв.46.

Трава **гармалы обыкновенной.**

ФРОЛОВА Вера Ивановна, 301240 Россия, Тульская обл., Одоевский р-н, п.Одоев, ул.50 лет Октября, д.110, к.2, кв.30.

Трава **сушеницы топяной.**

МЕЗЕН Нина Михайловна, 220161 г.Минск, пос.Малявки, д.37а. Тел. 214-92-25.

Трава (трава) **пе-**

Банк семян сначала надо создать

В предыдущем номере редакция газеты заявила о том, что намерена продолжить благотворительную акцию, начатую нынешней весной, и возобновит работу Банка семян. И тут же в редакционной почте начали появляться письма с просьбами выслать те или иные семена. Но ведь Банк семян сначала надо создать. И наша первая публикация была, своего рода, приглашением к участию в этом деле. Мы надеемся, что народные целители, травники, садоводы-любители — все, кто небезразличен к лекарственным растениям, поддержат эту идею и поделятся с редакцией излишками семян. Наш адрес прежний: **212033 РБ г.Могилев-33, а/я 5, г-та «Домашний доктор».**

А рассылкой семян, причем, бесплатно и исключительно подписчикам газеты «Домашний доктор», редакция начнет заниматься не раньше февраля следующего года.

Так что давайте сначала вовремя оформим подписку на первое полугодие или хотя бы на 1-й квартал 2000 года, дождемся его начала и далее — опубликования в «Докторе» перечня лекарственных трав, семена которых поступят к тому времени в Банк семян, и уж потом будем обращаться в редакцию за нужными Вам семенами.

Редакция.

Наши расценки на рекламу и объявления

Одна строка частного объявле-

2, 3, 6, 7, 10, 11, 14, 15 страницы — 30 руб. за 1 кв.см
4, 5, 8, 9, 12, 13 страницы — 36 руб. за 1 кв.см
16-я страница — 40 руб. за 1 кв.см
В «ДОМАШНЕМ ДОКТОРЕ» И «НАШЕЙ КУХНЕ»

Предлагаю

● **Вышлю** бесплатно семена болиголова (от вас — конверт с о/а). Есть рецепты и методики лечения болиголовом.

МУКЛЕЦОВ Виталий Васильевич, 155127 Ивановская обл., Ивановский р-н, пос.Подвязновский, д.12, кв.89.

● За умеренную плату вышлю корни и стебли **сабельника болотного.**

ИЛЛАРИОНОВА Т. И., 216230 Смоленская обл., Духовщинский р-н, с.Пречистое.

● **Продам** или **обменяю** семена мордовника (на 1-2 курса лечения). Обменяю (1:1) на одно из следующих лекарственных растений: чабрец, любисток лекарственный (корень), копытень европейский (корень).

ЮРИКОВ В.И., 301860 Тульская обл., Ефремов, ул.Ленинградская, 128.

Здоровье — с грядки

Наверное, у многих есть на участке места, занятые бесполезными растениями. Используйте каждый кусочек земли во благо. Не жалейте места на огороде для лекарственных растений. Поверьте, что здоровье не купишь в аптеке.

В разведении лекарственных трав могу оказать помощь. У меня много семян лекарственных трав: алтея, амаранта, арники горной, бедренца-камнеломки, болиголова, буквицы лекарственной, василистника аквалеголистного, вербены лекарственной, вербейника обыкновенного, василька лугового, гравилата городского, горичника русского, горца змеиного, глауциума, девясила, дягиля, дурмана, донника, желтушника левкоидного, золотарника канадского, золотарника обыкновенного, зверобоя, зопника клубневидного, змееголовника молдавского, золототысячника, иссопа лекарственного, купыря, кервеля, котовника, кникуса беденикгуса, козлобородника, крестовника обыкновенного, коровяка, лядвинца рогатого, любистка, лофанта анисового, лебеды садовой (красной), льна, наперстянки пурпуровой, ослинника двулетнего, очанки, овсяного корня, пажитника голубого, просвирника, полыни горькой, подмаренника настоящего и цепкого, пустырника, пупавки красильной, расторопши пятнистой, родиолы розовой, ромашки аптечной, синюхи голубой, скерды розовой, синеголовика, сныти, смолки обыкновенной, таволги вязолистной, фитолакки американской, хризантемы овощной, цикория, чернокорня лекарственного, чистотела, чабера садового, частухи подорожниковой, эхинацеи пурпурной и многих других растений.

Желающим вышлю семена. Многие растения можно высевать осенью. Для ответа нужно прислать маркированный конверт с о/а.

Виктор ШУНКОВ (216055 Смоленская обл., Духовщинский р-н, п/о Петрищево, д.Никоново, Шунков Виктор Валентинович).

Читатель помогает читателю

Шиповник — на все недуги управа

Например, **от атеросклероза** незаменима настойка плодов или корней. Плоды истолочь (а корни измельчить), заполнить ими на 2/3 пол-литровую бутылку и залить водкой. Настаивать в темном месте в течение 2-х недель, ежедневно взбалтывая. Тщательно процедить. Принимать по 20 капель на кусочке сахара.

По этому же способу можно приготовить настойку целых плодов или корней. Но принимать ее следует по 3 часа. После этого смешать 1 ст. напара с 1 ст. холодной кипяченой воды. Этой смесью делать теплые компрессы на больные места на ночь, после чего хорошо их укутать.

При **ревматизме, параличах, парезах нижних конечностей, ревматоидном полиартрите** хороший эффект дают ванны с отваром корней шиповника. Взять 50 г измельченных корней на 0,5 л воды, настоять их 2 часа, затем прокипятить 20 мин. и настоять еще 30 мин. Процедить. Целебную жидкость добавить в ванну. Курс лечения — 14-18 ванн.

«Пресс» **старческой слабости и истощения** снимет отвар из плодов шиповника, приготовленный по такой «технологии»: 2 ст. л. сухих плодов залить 0,5 л воды, кипятить 15 мин. на слабом огне, настаивать, укутав, всю ночь. Процедить. Пить с медом в течение дня, как чай. А вот для лечения **цистита** схема приготовления отвара иная. 2 ст. л. измельченных корней шиповника залить 1 ст. кипятка и кипятить 15 мин.

корень), трава или семена **бузины травянистой.**

ГУРА Римма Николаевна, 300027 Россия, г.Тула, ул.Металлургов, д.49, кв.29.

Побеги (веточки с иголками) **пихты** — 1 кг.

ПУСТОШИЛО Мария Филипповна, 210009 г.Витебск, ул.Терешковой, д.28, к.1, кв.56. Тел. 24-21-97.

Трава **дурнишника и кирказона.**

ШАРГОРОДСКАЯ Валентина Ивановна, [illegible]

Трава **гармалы обыкновенной.**

ФРОЛОВА Вера Ивановна, 301240 Россия, Тульская обл., Одоевский р-н, п.Одоев, ул.50 лет Октября, д.110, к.2, кв.30.

Трава **сушеницы топяной.**

МЕЗЕН Нина Михайловна, 220101 г.Минск, пос.Малиеки, д.37а. Тел. 214-92-25.

Бузина травянистая (трава), **переступень белый** (корень).

КРИВОШЕЕВА Надежда Евгеньевна, 462356 Россия, Оренбургская обл., г.Новотроицк, ул.Ломоносова, д.48, кв.58.

Детокс (медпрепарат), **конопляное семя**, листья **дымянки, туи, таволги,** корень **солодки** и **шлемника байкальского, просвирник.**

396750 Россия, Воронежская обл., г.Богучар, главпочтамт, до востребования, п/п XII-СИ N 615327.

Срочно трава и семена **травянистой бузины.**

ШАПОРОВА Нина Анатольевна, 301340 Тульская обл., г.Алексин, ул.Дубравная, д.18.

Семена **растороплши пятнистой, болиголова, морозника кавказского, душицы, любистка, шалфея, бессмертника розового, песчаного, бузины травянистой, руты пахучей, амаранта;** саженцы **земляники Гигантелла Макси, Фаворит.**

ЧАРАЕВА Н.Н., 357807 Ставропольский край, Георгиевский р-н, ст.Незлобная, ул.Горького, 47.

Трава **сабельника болотного.**

БАТОВА Нина Демьяновна, 210027 г.Витебск, ул.Чкалова, д.9, к.8, кв.86.

Трава **календулы, ромашки, толокнянки, подорожника, бессмертника, тысячелистника, пустырника и зверобоя**, кора **крушины.**

РАДЬКО Ш.М., 247251 Гомельская обл., Рогачевский р-н, д.Старое Село, ул.Октябрьская, д.16.

Наши расценки на рекламу и объявления

Одна строка частного объявления (30 знаков, включая пробелы между словами) стоит в наших газетах 15 руб. Вместе с текстом и квитанцией о денежном переводе вы должны прислать в редакцию и копию лицензии на право заниматься предпринимательской деятельностью (или другим видом индивидуальной трудовой деятельности).

Свои объявления вы можете опубликовать и в нашем толоковском «Календаре-справочнике садовода и огородника». 210 знаков (семь строк) редакция «Календаря» опубликует бесплатно. Если объявление будет большего объема, остальной текст надо будет оплатить по тем же расценкам — 15 руб. за строку.

А теперь информация для рекламодателей. Минимальная площадь, предоставляемая редакцией для размещения вашей рекламы, — 10 кв. см.

Общий тираж наших газет — свыше 1 млн. экз. Регион распространения каждой из них — Беларусь, Россия, Литва, Украина.

РАСЦЕНКИ НА РЕКЛАМУ:

В ГАЗЕТЕ «ТОЛОКА» В РОССИИ»

1-я страница — 50 руб. за 1 кв.см

2, 3, 6, 7, 10, 11, 14, 15 страницы — 30 руб. за 1 кв.см

4, 5, 8, 9, 12, 13 страницы — 36 руб. за 1 кв.см

16-я страница — 40 руб. за 1 кв.см

В «ДОМАШНЕМ ДОКТОРЕ» И «НАШЕЙ КУХНЕ»

1-я страница — 80 руб. за 1 кв.см

2, 3, 6, 7 страницы — 40 руб. за 1 кв.см

4 и 5 страницы — 45 руб. за 1 кв.см

8-я страница — 60 руб. за 1 кв.см

В «ВОСКРЕСНОЙ ГАЗЕТЕ», «ДЕЛАЕМ САМИ» И «КАЛЕНДАРЕ-СПРАВОЧНИКЕ САДОВОДА И ОГОРОДНИКА»

базовая цена — 25 руб. за 1 кв.см.

Деньги за рекламу и частные объявления переводите обычным почтовым переводом на адрес:
р/с 40702810500630000614
в ОАО Ска-банке г.Смоленска,
БИК 046614757,
к.с. 30101810600000000757,
ИНН 6729013577.
ОКНХ 87100 ОКПО 44694274
СП ООО «Редакция газеты «Толока» в России».

Квитанцию о переводе и тексты объявлений высылайте в редакцию по адресу: 214001 г. Смоленск-1, а/я 7. Тел. для справок: (08122) 2-06-65.

12 знахарских рецептов от кашля

1. Очень хорошо помогает от кашля и боли в груди такое средство: взять 1 ст. сахара, 0,5 л клюквы, 1 ст. водки. Сахар растопить, клюкву помыть, подогреть и растереть, клюкву и водку добавить в расплавленный сахар, размешать. Принимать по 1 ст. л. 3-4 раза в день.

2. Для облегчения отделения мокроты хорошо пить сироп брусничного сока с медом.

3. Очень ценна такая смесь: 1 кварту (0,94 л) свежего сока редьки смешать с фунтом (около 400 г) жидкого меда. Пить по 2 ст. л. утром и вечером.

4. Весной от кашля очень полезно пить березовый или кленовый сок с молоком.

5. Смешать 2 ст. л. свежего непастеризованного коровьего молока, 2 свежих яичных желтка, 1 ч. л. пшеничной муки и 2 ч. л. чистого меда. Принимать по 1 ч. л. много раз в день.

6. Приготовить такой напиток: смешать сок редьки либо моркови (0,5 л) с молоком (0,5 л). Добавить немного меда. Пить по 1 ст. л. 6 раз в день.

7. Незаменим и очень полезен «гоголь-моголь» — взбитые яичные желтки с сахаром и ромом. Принимать натощак.

8. 10 луковиц и 1 головку чеснока мелко-мелко порезать и поварить в непастеризованном молоке до тех пор, пока они не станут мягкими. Добавить немного сока мяты и меда. Принимать по 1 ст. л. в час в течение дня.

9. Очень полезен и эффективен при врачевании болей в груди и кашля кипяченый сок репы с сахаром, а еще лучше — с медом.

10. Вскипятить молоко, добавить взбитое яйцо и сразу же быстро размешать, чтобы оно не заварилось. Затем добавить 1 ч. л. меда и 1 ч. л. сливочного масла. Перемешать и выпить залпом в горячем виде на ночь.

11. Взять рожь (овес или ячмень). Добавить немного цикория и 2 г очищенного горького миндаля (можно купить на рынке). Заваривать это и пить, как обыкновенный кофе. Можно добавить топленое молоко.

12. От продолжительного грудного кашля нужно вытереть грудь сухой суконной тканью, затем втереть досуха нутряное свиное сало или топленое масло.

И еще запомните: любое лекарство от бронхита или кашля нужно пить только в теплом виде!

Елена РОЖКОВА. (236015 г.Калининград-15, а/я 236).

читателю

Шиповник — на все недуги управа

Например, **от атеросклероза** незаменима настойка плодов или корней. Плоды истолочь (а корни измельчить), заполнить ими на 2/3 пол-литровую бутылку и залить водкой. Настаивать в темном месте в течение 2-х недель, ежедневно взбалтывая. Тщательно процедить. Принимать по 20 капель на кусочке сахара.

По этому же способу можно приготовить настойку целых плодов или корней. Но принимать ее следует по-другому: взяв «стартовую» дозу в 5 капель, увеличивать ее каждый день на 5 капель. Достигнув «вершины» с «отметкой» 100, начать постепенное снижение в том же «режиме» — минус 5 капель в день.

При начальной стадии гипертонии можно приготовить отвар плодов или корней этого растения: 1 ст. л. того либо другого ингредиента в измельченном виде залить 3 ст. воды, дважды довести смесь до кипения и настаивать, укутав, 3 часа. Подогревать и пить, как чай, в течение дня. И больше — никакой жидкости! Вдобавок нельзя есть мяса. Курс лечения — 1,5 месяца.

А настой плодов или корней шиповника прекрасно поможет восстановить силы **после перенесенного заболевания гриппом.** Следует 1 ст. л. сухих плодов или корней залить 2 ст. кипятка и настаивать в термосе сутки. Пить по полстакана 2-3 раза в день перед едой.

Поможет шиповник «разбить в пух и прах» **камни в желчном и мочевом пузырях.** Нужно вырыть корни растения, промыть, порубить топориком на куски, положить их в чайник с водой и кипятить 45-60 мин., настаивать полчаса. Пить по 0,5 ст. 3 раза в день. Корень шиповника, приготовленный таким образом, дробит и превращает в песок, выводит с мочой наружу 4 вида камней — фосфаты, ураты, оксалаты (щелочные) и карбонаты.

При малокровии (анемии) можно порекомендовать такой отвар плодов или корней растения: 5 ст. л. измельченного сырья залить 1 л горячей воды, укутать емкость на ночь. Пить, как чай, в любое время и с чем угодно.

Тем, кто страдает **подагрой,** очень кстати придутся два следующих рецепта настойки и напара корней шиповника. Чтобы приготовить первое снадобье, нужно настаивать мелко нарезанные корни на водке (50-60 град.) или спирту (70-96 град.) 21 сутки в теплом темном месте, ежедневно взбалтывая. Пить по 25 мл 2 раза в день за 1 час до еды и делать компрессы. Для напара 20 г сырья заварить 1 л кипятка и затем парить на медленном огне хороший эффект дают ванны с отваром корней шиповника. Взять 50 г измельченных корней на 0,5 л воды, настоять их 2 часа, затем прокипятить 20 мин. и настоять еще 30 мин. Процедить. Целебную жидкость добавить в ванну. Курс лечения — 14-18 ванн.

«Пресс» **старческой слабости и истощения** снимет отвар из плодов шиповника, приготовленный по такой «технологии»: 2 ст. л. сухих плодов залить 0,5 л воды, кипятить 15 мин. на слабом огне, настаивать, укутав, всю ночь. Процедить. Пить с медом в течение дня, как чай. А вот для лечения **цистита** схема приготовления отвара иная. 2 ст. л. измельченных корней шиповника залить 1 ст. кипятка и кипятить 15 мин., настаивать 2 часа, процедить. Пить по 0,5 ст. 4 раза в день перед едой. Имеет свои нюансы и настой от **болезней желудка** (включая язву желудка). 1 ст. л. измельченных плодов или корней залить 2 ст. кипятка и настаивать в термосе сутки. Пить по 0,5 ст. 2-3 раза в день перед едой.

Следующие два рецепта рекомендую исключительно для тех, кто болеет язвой желудка или двенадцатиперстной кишки. Итак, возьмите 2 ст. л. плодов или корней (измельчить) и залейте 1 ст. горячей воды. Пусть жидкость покипит на медленном огне 10 мин. Затем ее следует 30 мин. настоять и процедить. Принимать по 1/3-1/2 ст. 2-3 раза в день после еды. Хранить в плотно закрытой посуде не более 2-х суток.

И такой вариант. Залить 20 г сырья 1 ст. кипятка, кипятить 10 мин., настаивать в течение суток, процедить. Пить по 1/4-1/2 ст. 2 раза в день. Детям дозу уменьшают до 1/8-1/4 ст. Для увеличения срока годности настой можно смешать с 40%-ным сахарным сиропом или прокипятить его с сахаром. Такой «усовершенствованный» настой можно хранить в обычных условиях 10-12 дней, а на холоде — все 30-45 дней.

И такая «разновидность» отвара плодов и корней шиповника, который пьют во всех случаях, когда ощущается **недостаток витаминов** в организме (при глазных болезнях — авитаминоз А, при куриной слепоте, болезнях печени и почек, при цинге, различных кровотечениях, задержке роста у детей и прочее). 1 ч. л. сырья залить 1 ст. кипятка, кипятить 7-10 мин., остудить, процедить. Пить по 0,5-1 ст. 3 раза в день перед едой. Детям давать по 1/4-1/2 ст. на 1 прием.

Чай из плодов, цветков и корней шиповника богат витаминами С, B_2 и др., к тому же обладает **желчегонным действием.** На 200 г сырья —1 ст. кипятка, кипятить 10 мин. в закрытой эмалированной посуде, настоять в течение 24-х часов, процедить. Пить 2 раза в день перед едой. Детям доза меньше — от 2-х ст. л. до 0,25 ст. на прием.

Владимир ГЛЕЙХ, Октябрьский р-н Челябинской обл.

1999г. НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ Домашний доктор Толока № 20

Отклики на «Зов о помощи»

Рудакова Александра Михайловна из г. Воронежа спрашивает: «Как залечить незаживающие трофические язвы?».

Есть очень много способов лечения трофических язв. Вот лишь некоторые из них:

- Закажите в аптеке пасту: окись цинка — 100 г, желатин — 100 г, глицерин — 600 г, дистиллированная вода — 200 г. Перед употреблением пасту разогреть на водяной бане, наложить на ранку и завязать бинтом. Накладывать 2-3 недели, ежедневно добавляя свежую порцию пасты.
- Смазывать язвы нутряным бараньим жиром.
- В кашицу из листьев капусты, подорожника или мать-и-мачехи добавить белок яйца и нанести на язвы на ночь. Утром смазать подсолнечным нерафинированным маслом.
- Сварить картошку в мундире и внутренней стороной кожуры заклеить ранки.
- Сделать густую «сметану» из мела и молока и нанести на ночь на язву.
- Взять по 1 ч. дубовой и осиновой коры и 2 ч. корней пырея. Кору и корни истолочь как можно мельче (можно в порошок), заварить 1 ст.л. смеси в 0,5 ст. кипятка, кипятить 10-15 мин., настоять 8-10 часов. Добавить 1 ст.л. сливочного масла или свиного нутряного жира, немного муки и сделать лепешку. Положить ее на ранки.

Есть еще множество народных способов лечения, но эффект будет большим, если ежедневно перед наложением состава и после снятия повязки вы обмоете ранку «мертвой» водой, высушите ее на воздухе, ополоснете «живой» и опять дадите высохнуть воде.

Если эти способы вас не удовлетворят, то поделайте уколы живого вещества куриного яйца (ЖВКЯ), они повышают иммунитет и жизненные силы организма. Об этом была публикация в газете.

Ермаков Сергей Иванович из г. Борисова интересуется, как лечить кривошею. Распарьтесь в русской бане с березовым веником, попросите хороший массаж или воспользуйтесь ипликатором Кузнецова. Повторите несколько раз.

Посная Жанна из Крыма просит помочь в лечении сужения сосудов головного мозга. Сужение сосудов головного мозга можно вылечить горячими компрессами из «мертвой» воды и сока подорожника. К 100 мл горячей воды добавляют 1 ст.л. сока подорожника. После компресса легкими массажными движениями от лба до 7-го шейного позвонка снимать напряжение с головы.

Жемпала Галина Дмитриевна из Латвии спрашивает: «Как лечить рак бронха с метастазами?» При раке бронхов и легких я советую делать ингаляции из эвкалиптового масла. Для этого нужно залить масло в пульверизатор и вдыхать мелкие брызги.

- Пить сок чистотела по 1 кофейной ложечке 3 раза в день до еды. Можно также пить сок мухомора. Собрать красные мухоморы палочкой, не дотрагиваясь руками, в чистую банку, плотно утрамбовать, закрыть капроновой крышкой, завернуть в черную бумагу и закопать в землю на глубину 1 м. Настаивать 10 дней. Откопав, отжать сок и разбавить 96%-ным спиртом (1:1). Принимать по 10 капель перед едой, запивая 1 ст.л. молока. Можно принимать настойку гриба веселки.
- Съедать утром натощак 100 г жареного на подсолнечном нерафинированном масле лука, запивая 1 стаканом «живой» воды.
- Съедать в течение дня 3 зубчика чеснока.
- Ничего не пить и не есть слишком холодного.
- Обтирать все тело и растирать грудь и спину «мертвой» водой 2 раза в день.
- Провести курс лечения ЖВКЯ по обычной схеме.
- Ноги должны быть в шерстяных носках, лучше из собачьей шерсти.

Филиппова Марина Федоровна из Латвии хочет избавиться от миозита. Миозит — это такая болезнь, от которой не умирают, но страданий она доставляет много. Хуже всего то, что после полного исцеления стоит дунуть ветерку, и боль снова сковывает все тело. Поэтому лечить

Не могу равнодушно читать Зовы о помощи. У меня нет возможности написать каждому, поэтому хочу через газету дать рецепты по лечению некоторых болезней.

Блохину А. хочу порекомендовать лечить **поджелудочную железу** отваром полыни горькой (щепотку травы кипятить 2-3 мин. в стакане воды, пить по 1/3-1/4 ст. за 15 мин. до еды) или отваром тысячелистника (способ приготовления и доза приема такие же).

- Настой гречневой муки на кефире (1 ст. л. муки на 1 ст. кефира) съедать утром вместо завтрака.
- Настойку родиолы розовой принимать по 20-30 капель за полчаса до еды. Ежедневно утром и вечером за 2 часа до приема пищи выпивать по 100-200 мл свежеприготовленного сока картофеля (лечиться соком лучше осенью), а через 5 мин. — стакан кефира. 15 дней лечиться, 12 — отдыхать. Провести 3-4 курса.
- Хороши для лечения и спелые (но не сухие) желуди. Отделите у желудей шляпки. 1 ст. л. шляпок залейте 200 мл кипятка, 2-3 часа настаивайте, процедите и пейте, начиная с 1 ч. л., затем — 2, 3 и т.д., доведя объем жидкости до 60-70 мл в день. Можно настой вылить на хлеб, принимать 3 раза в день за полчаса до еды.
- Люди, больные панкреатитом, должны есть понемногу 4-5 раз в день, избегая жареного, острого, копченого, мясных бульонов, пирогов.
- Неплохо пить по утрам жидкий овсяный кисель без сахара, настой цветков календулы и обязательно чистить кишечник и печень.

Тимофеевой В. от лишая хорошо могли бы помочь сок чеснока или настойка календулы (втирать их в кожу).

- Помогает от лишая и такое средство: смешать толченый березовый уголь и свежий сок корней лопуха, наложить смесь на пораженные участки тела на 20 мин. Правда, корень лопуха долго не хранится, быстро загнивает. Но осенью свежевыкопанным корнем грех не воспользоваться.
- Можно больные места смазать парным молоком, смешанным с золой от дубовой коры, соком молочая.

Некоторые люди, особенно **больные диабетом,** подолгу мучаются с **трофическими язвами**. В таком случае полезно прикладывать к больному месту сухой измельченный прополис на ночь.

Болезни **толстой, прямой кишки, кровотечения из геморроидальных шишек** лечат микроклизмами из тысячелистника, сока петрушки. Некоторым помогает мазь пропоцеум, если нет аллергии на мед. Кроме этого, пить по 100 мл настоя тысячелистника (2 ч. л. на 1 ст. воды, 3-5 мин. кипятить) перед едой.

Нейродермит и другие заболевания кожи возникают из-за нарушения функции центральной нервной системы и внутреннего засорения организма. Больше любите себя, не нервничайте по мелочам, периодически проводите чистку кишечника и печени (последнюю нельзя чистить осенью — уязвима). После чистки можно полечиться иглотерапией, бальзамом Караваева или пыреем (50-100 г травы пырея кипятить в 10 л воды в течение получаса на малом огне и принять ванну, температура воды — 38 град.).

Если **кожа очень чешется**, попробуйте смачивать ее в течение 10-ти дней слабым раствором марганцовки, не вытирая до высыхания, или настойкой прополиса.

И, наконец, все, у кого проблемы **с желудочно-кишечным трактом, дисбактериоз,** — полечитесь от глистов. Аптечными препаратами их трудно выгнать, а размножаются они очень быстро. Здесь очень хорош метод фельдшера Н.Н. Штаба: 80 мл коньяка + 80 мл касторки, пить натощак 3 дня подряд. Гадость, но вылечивает быстро. Детям дают коньяк + сладкий чай + слабительное (2 ст. л. коньяка + 2 ст. л. чая дать выпить в 2 часа ночи, а через полчаса — пурген и посадить на горшок). Так делать 5 дней подряд. Через 10 дней лечение повторить. Этим рецептом могут воспользоваться и те, у кого плохой аппетит, кто быстро и много ест, заглатывая пищу, но не толстеет, у кого дисбактериоз. Чаще ешьте чеснок и мелко натертую морковь.

Гадость, но вылечивает быстро

Галина САВЕЛЬЕВА, Мордовия, г.Саранск.

Обратная связь

Забудьте о гормонах. Лучше лечитесь болиголовом

Хочу лечиться настойкой болиголова, но не знаю, можно ли другие ядовитые лечебные средства, лучше обойтись и без мочегонных препаратов. А вот общеукрепляющие, сердечные, таблетки от головной боли, успокаивающие, слабительные и другие «пилюли» одноразового употребления — можно. Очистительные клизмы лучше делать из отстоявшейся от хлорки или кипяченой воды, добавив в нее немного соли.

Что касается питания, то кушать можно практически все (если тот или иной конкретный продукт вам не вредит). Но предпочтительно все же таким больным «уделять больше внимания

Вам поможет

Каша в «шубе»

Чтобы ее приготовить, нужно взять 1 ст. цельного зерна пшеницы, хорошо промыть, засыпать в кастрюлю и залить 0,5 л холодной воды. Довести

Есть еще множество народных способов лечения, но эффект будет большим, если ежедневно перед наложением состава и после снятия повязки вы обмоете ранку «мертвой» водой, высушите ее на воздухе, ополоснете «живой» и опять дадите высохнуть воде.

Если эти способы вас не удовлетворят, то поделайте уколы живого вещества куриного яйца (ЖВКЯ), они повышают иммунитет и жизненные силы организма. Об этом была публикация в газете.

Ермаков Сергей Иванович из г. Борисова интересуется, как лечить кривошею. Распарьтесь в русской бане с березовым веником, подержите распаренный горячий веник на шее и затылке 5-10 мин. Затем сделайте горячую лепешку из красной глины с керосином и приложите к затылку и шее, обверните шею теплым платком и постарайтесь не замерзнуть по дороге домой. Через 1-2 часа снимите лепешку, натрите шею камфорным маслом и опять закутайтесь в платок на ночь. Утром сделайте 1 стаканом «живой» воды.

- Съедать в течение дня 3 зубчика чеснока.
- Ничего не пить и не есть слишком холодного.
- Обтирать все тело и растирать грудь и спину «мертвой» водой 2 раза в день.
- Провести курс лечения ЖВКЯ по обычной схеме
- Ноги должны быть в шерстяных носках, лучше из собачьей шерсти.

Филиппова Марина Федоровна из Латвии хочет избавиться от миозита. Миозит — это такая болезнь, от которой не умирают, но страданий она доставляет много. Хуже всего то, что после полного исцеления стоит дунуть ветерку, и боль снова сковывает все тело. Поэтому лечить миозит должны научиться родственники больного. Лечат его баночным массажем. Полезны растирания, горчичники, сухое тепло (можно воспользоваться электрогрелкой, нагретым красным кирпичом, песком или солью). Таким больным обязательно надо иметь дома иппликатор Кузнецова и применять его сразу при появлении болей или дискомфорта.

Ольга МАРКЕЛОВА, г. Нижний Новгород.

Верю в силы природы

В свое время я закончила лесохозяйственный факультет Брянской лесотехнической академии. Практически всю жизнь связана с природой, с детства интересуюсь лекарственными травами и рецептами на их основе, которые собирала еще моя мама. Я верю в силы природы, сама выращиваю на огороде болиголов, готовлю для себя настойку. Траву собираю и раздаю, запасов, как правило, не остается. Семена этого растения я получила из Симферополя от народного целителя Валерия Викторовича Тищенко. К слову, растение это двулетнее, любит хорошую почву и солнце. Глубина посева — 1-2 см, в лунку бросаю по 3-5 штук семян, расстояние между растениями — 0,8-1,5 м. Всхожесть семян сохраняется 2 года.

Еще хочу поделиться с читателями любимой мною газеты своими рецептами.

- Модный «чудодейственный» **противораковый «бальзам».**

Измельчить 150 г чаги, пропустить через мясорубку 500 г алоэ, взять 500 г водки, 300 г меда, 250 г сахара, 200 г сока подорожника, 10 мл настойки полыни и настой сосновых почек (25 г почек настоять в 1 л кипятка в течение 12 часов). Все смешать, настоять при комнатной температуре 3-5 суток, пить по 1-2 ст. л. 2 раза в день за 30 мин. до еды.

Этот состав не оказывает прямого противоракового действия, но способствует укреплению собственных защитных сил организма, сниженных в процессе лучевого или химиотерапевтического воздействия, что в общем и целом улучшает результаты лечения.

- «Пропускную способность» кровеносных сосудов можно улучшить так: в 1 л размятой клюквы добавить 200 г натертого на терке лука или чеснока. «Гремучую смесь» принимать по 1 десертной ложке перед едой 1-1,5 месяца.
- Паховая грыжа полностью проходит, если каждое утро делать такое упражнение. Исходное положение — лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки — за головой. Приподнимая поочередно колени и корпус, нужно коснуться коленом локтя противоположной руки. Повторять 50 раз.
- Закупорки в печени ликвидирует такое снадобье: в 1 л дистиллированной воды настоять 0,5 кг хрена и 100 г меда (все находится 24 часа в закрытой посуде). При низком давлении меда следует взять 500 г. Пить по 1/4 ст. 3 раза в день до еды.

Любовь ПЛАТОНОВА, Брянская обл.

кий овсяный кисель без сахара, на-

ния функции центральной нервной

Мордовия, г. Саранск.

Обратная связь

Забудьте о гормонах. Лучше лечитесь болиголовом

Хочу лечиться настойкой болиголова, но не знаю, можно ли при этом принимать, например, гормональные препараты? Нужно ли соблюдать диету и есть ли какие-то другие ограничения, правила? Наблюдаются ли побочные эффекты, осложнения при приеме болиголова?

Д.ПАСТЛЯН, г.Гомель.

Замечу, что мне после публикации моей статьи о болиголове приходит довольно много писем с самыми разными вопросами. Например, некоторых интересует, можно ли принимать болиголов при доброкачественных опухолях и других новообразованиях, а также с целью их профилактики? Как врач, использующий для лечения пациентов настойку болиголова собственного приготовления (по всем правилам, из свежей качественной травы!), могу компетентно заверить: конечно, можно и даже желательно.

Отвечая же на вопросы читателя из Гомеля, скажу, что во время лечения настойкой болиголова пятнистого гормональные препараты принимать нежелательно. Другие — можно, но не все без исключения. Так, нельзя одновременно с настойкой болиголова принимать другие ядовитые лечебные средства, лучше обойтись и без мочегонных препаратов. А вот общеукрепляющие, сердечные, таблетки от головной боли, успокаивающие, слабительные и другие «пилюли» одноразового употребления — можно. Очистительные клизмы лучше делать из отстоявшейся от хлорки или кипяченой воды, добавив в нее немного соли.

Что касается питания, то кушать можно практически все (если тот или иной конкретный продукт вам не вредит). Но предпочтительно все же таким больным «уделять больше внимания» рыбе (желательно — морской). К ней «требования» такие: не соленая и не копченая, но жирных сортов. Очень хорошо включить в рацион такие продукты, как печень трески или минтая. Из соков пусть «первую скрипку играют» морковный либо цитрусовый. Остальные соки — каждому подбирать индивидуально, что идет. Из молочных продуктов лучше всего «нажимать» на кефир, простоквашу, ряженку.

Говоря о возможных осложнениях, следует отметить, что при правильном употреблении настойки болиголова (соблюдение дозировки и времени приема) побочные эффекты у отдельных больных могут быть самые незначительные — небольшая тошнота и головокружение. Это — своеобразная реакция организма на введение в него небольшого количества яда. Бояться этого явления не надо, оно очень быстро проходит. Но нужно иметь в виду и такие факторы, как низкая сопротивляемость организма, тяжесть заболевания, которые весьма сильно влияют на ход лечения, наравне, к слову, с верой в исцеление.

Раиса ЧЕРНЫШ, г.Гродно, тел. 638-92.

Вам поможет

Каша в «шубе»

Чтобы ее приготовить, нужно взять 1 ст. цельного зерна пшеницы, хорошо промыть, засыпать в кастрюлю и залить 0,5 л холодной воды. Довести до кипения и держать на малом огне под крышкой 3 мин. Затем снять кашу с плиты и укутать в одеяло на 3 часа. За это время зерно распарится, но не дойдет до нужной кондиции. Поэтому содержимое кастрюли снова следует довести до кипения, снять и снова укутать в одеяло на 3 часа (можно держать кашу в этой «шубе» и целую ночь).

Получившуюся массу пропустить через мясорубку, выложить «фарш» на сковороду, добавив туда часть отвара из кастрюли, кусочек сливочного масла, мелко нарезанный лук (желательно — зеленый), посолить по вкусу. Подогреть на малом огне и подавать горячим.

Уже через месяц эта чудо-каша окажет благоприятное воздействие на нервную и сердечно-сосудистую систему. Но не только в этом ее польза. Станут крепче зубы, укрепятся и приобретут приятный здоровый блеск волосы. Кроме всего прочего, вы забудете о хлебе и сладостях.

Александр ФИЛАТОВ, г.Донской Тульской обл.

Когда маме было 80, все... завидовали цвету ее лица

Александр Макарчук из Кобрина жалуется на дефекты кожи лица. Да, красивыми хотят быть все, а мази и кремы нынче такие дорогие! Может, кому-то пригодится рецепт 100-летней давности из «арсенала» бабушек? Кстати, моя мама даже в 80-летнем возрасте поражала всех цветом лица. А ухаживали тогдашние модницы за собой при помощи подручных средств.

Например, так. Промывали листья алоэ кипяченой водой, обсушивали и в течение 10-ти дней держали в темном прохладном месте. Затем листья измельчали, отжимали сок, которым и протирали лицо. А еще делали из них водный раствор (1 часть измельченных листьев плюс 5 частей холодной кипяченой воды, настоять 1 час, затем довести до кипения, кипятить 2-3 мин., процедить), которым также протирали лицо.

А весной же красота у них была в болоте за огородом. Срывали белые лилии, свежие листья складывали в бутылку (полную), заливали водкой, настаивали 2 недели и протирали лицо перед сном.

Но, если все вышеописанное недоступно, то купите жидких пивных дрожжей и по 1-2 ч. л. употребляйте каждый день до или во время еды.

К. Лебедевой из Ржева для снятия головных болей я посоветовала бы также старинный способ: прикладывать к виску лимонную корку внутренней стороной и держать несколько минут.

Наталья Бильдь желает поправиться. В начале века худосочные люди пили для этого молоко... от свиньи. К слову, свинья, когда кормит потомство, очень легко дает себя доить. Стимулирует же аппетит настойка полыни. Траву собирали в мае, заливали водкой, настаивали 3 недели в полутемном теплом месте и пили по 1 капле на 1 ч. л. воды натощак утром.

Ю. Бабушкину интересует, как избавиться от ангины. Раньше было очень популярным такое средство: брали в равных пропорциях бараний жир, мед и водку. Жир смешивали с медом, доводили до кипения и добавляли в массу водку. Пили теплым 4-5 раз в день по 3 глотка.

Зинаида ЧИКИЛЕВА, г.Гомель.

Полезно знать

Ренессанс гирудотерапии

В настоящее время во всем цивилизованном мире наблюдаются активный поиск и реставрация ранее известных способов биотерапии (апитерапия, гирудотерапия и др.). Примечательно, что возвращаются к этим способам страны далеко не бедные, средствами фармакологическими (таблетками и уколами) насыщенные в избытке. США, ФРГ, Израиль, Франция, Англия, Китай, Россия — далеко не полный перечень стран, где направление это активно развивается ведущими клиниками. Связано это, на мой взгляд, с тем, что любая таблетка одним концом лечит, а другим — калечит. Применение же, например, гирудотерапии практически не вызывает осложнений. Тысячелетиями природа-матушка отшлифовывала взаимоотношения между всеми на земле живущими. Тот, кто только берет, а не отдает, гармонию мира нарушает и рано или поздно бывает наказан. Медицинские пиявки (в дальнейшем МП), насыщаясь кровью млекопитающих, взамен вводят свою слюну, польза от которой живому организму превеликая. Люди издревле это заметили и используют их для лечения разных хворей.

Где же взять МП? К сожалению, в открытых водоемах они уже практически не встречаются, т.к. очень требовательны к экологии. В ближайшем пруду можно увидеть ложноконских, рыбьих, лягушачьих и др. пиявок. Толку от них никакого. Даже обнаружив нужное, человеку, в этом деле не искушенному, правильный выбор сделать трудно. Поэтому лучше их купить.

Как их довезти и содержать до применения? Отправляясь в аптеку, возьмите с собой литровую банку с плотной крышкой, наполненную на 2/3 отстоявшейся в течение суток водой. По приезде домой следует снять плотную крышку и надеть на горлышко банки пластиковую мелкоячеистую сетку либо плотную ткань, перетянув ее резинкой (марлю пиявки прогрызут и расползутся). В жаркую погоду банку с ними можно поставить в холодильник. Я содержу МП при комнатной температуре, оберегая от попадания прямых солнечных лучей. Воду, как и на биофабрике, где их выращивают, желательно менять 2 раза в неделю. При этом надо помнить, что МП не любят резких перепадов температуры. Поэтому лучше, если сменная вода отстаивается рядом.

Можно использовать обычную водопроводную воду. Если же у вас вода сильно хлорированная, обязательно воспользуйтесь специальными фильтрами. Колодезная и криничная вода не всегда соответствует нормам по жесткости и кислотности. Вода из речки или пруда хороша. Но тут важно, чтобы в ней не было загрязнений. Например, в воде реки Свислочь, взятой в центре г.Минска, МП погибают через 1-3 дня.

Как ставить МП? Лучше всего воспользоваться услугами специалиста. Многие из медсестер старшего поколения великолепно умеют это делать. Если же такой возможности нет, то можно попробовать сделать это и самому. В первую очередь, следует хорошо вымыть место предполагаемой постановки. Мыло нужно взять хозяйственное или «Детское» без отдушки. МП чувствительны к запахам: духи, спирт, табак, ароматизаторы и пр. их отпугивают. В домашних условиях можно воспользоваться обычной маленькой рюмкой. Посадив туда пиявку, прижмите открытый конец рюмки к месту предполагаемой постановки. Через 1-20 мин. она присосется и начнет совершать телом волнообразные движения. Это говорит о том, что она начала отсасывать кровь. Укус малоболезненный, что-то среднее между комаром и крапивой. После этого можно освободить рюмку и заняться следующей пиявкой. Через 0,5-1,2 часа они отпадут самостоятельно. Кровотечение из образовавшейся ранки может продолжаться от 6-ти до 24-х часов. Потому следует прилепить к ранке лейкопластырем ватный тампон. При компактной постановке МП удобно воспользоваться женскими гигиеническими прокладками. Через сутки повязку следует снять и обработать ранки, как обычные, раствором йода. Часто на месте укуса возникает зуд. Это нормальное явление — лечебный процесс продолжается. Для того, чтобы зуд уменьшить (т.к. при расчесывании можно занести инфекцию), нужно нанести йодную сетку, либо смазать кожу вазелином.

Что делать с отработанными пиявками? В официальных инструкциях Минздрава, начиная с 30-х годов, предписывалось уничтожать их в растворе формалина. Я бы не рекомендовал это делать, потому что грешно убивать того, кто принес тебе пользу, даже если это всего лишь червь. Если у вас нет возможности и желания содержать их далее, отнесите МП в ближайший водоем и выпустите. Их дальнейшую судьбу решит природа. Если же вы оставите их дома, то через 2 месяца эти же пиявки снова смогут помочь вам. Этот срок — минимально необходимый для образования в слюне МП всей гаммы лечебных веществ. От голода же они умирают через 12-16 месяцев. Некоторые специалисты рекомендуют тотчас после насыщения опорожнить различными способами МП и через 1-2 дня снова использовать. Лично я не сторонник такой тактики, потому что нарушается естественный ход процессов. Выдержите МП 2 месяца и смело используйте их еще раз. Необходимо только содержать раздельно голодных и сытых особей. Воду последним следует менять несколько чаще. Если вода в банке покраснела, нужно ее тут же сменить (значит, у МП отрыжка из-за насыщенности вашей крови вредными веществами).

Спектр применения МП самый широкий, но есть и противопоказания: это гемофилия (несвертываемость крови) и индивидуальная непереносимость (явление крайне редкое, обнаруживается после первого же сеанса). Кроме того, не следует ставить МП людям, употребившим алкоголь и гепариносодержащие препараты, в течение 12-24-х часов. В настоящее время существует несколько школ с разнообразными подходами и схемами лечения. В своей практике я использую методики разных направлений.

Количество необходимых для лечения МП зависит от возраста пациента, его роста, веса, давности заболевания и других факторов.

Лечение лучше всего начинать в вечернее время, перед отходом ко сну. А на первый сеанс и вовсе выбрать день перед выходными.

Борис ШЕШКО,
член ассоциации гирудологов России.
Тел. в г.Минске 263-87-43 (вечером).

Очистка суставов

Пожалуй, нет сегодня человека, который не ощущал боли или хотя бы неудобств, доставляемых отложениями солей на суставах и позвонках. Существуют разные способы растворения этих солей.

ОЧИСТКА ЛАВРОВЫМ ЛИСТОМ. Утром берем 5 г лаврового листа, кладем в эмалированную кастрюльку и заливаем 300 мл воды. Кипятим 5 мин. при открытой крышке, чтобы улетучились раздражающие почки эфирные масла, после чего снимаем кастрюлю с плиты, хорошо укутываем ее в одеяло и томим 3 часа.

Настоянный крепкий отвар пьем затем в течение 12 часов мелкими глоточками, ибо употребление сразу всей дозы может вызвать кровотечение во внутренних органах. Таким образом отвар принимаем 3 дня, питаемся при этом, как обычно.

Через неделю 3-дневный цикл повторяем.

Не стоит пугаться, если у вас вдруг появится жжение в мочевом пузыре и мочеиспускательном канале: соли могут столь интенсивно растворяться, что высокой своей концентрацией в урине раздражают мочевыделительные органы.

ОЧИСТКА ПЕТРУШКОЙ. Эту методику рекомендует фитотерапевт А.Захарченко.

1 ст. тертых корней петрушки залить 0,5 л горячего молока, оставить в термосе на ночь. Наутро смесь перемешать, разделить на 3 части и съесть за 3 раза в течение дня. Так поступать на протяжении 10-12-ти дней.

Если корней нет, можно использовать растолченные семена, но их надо брать всего 1 ч. л. на 0,5 л молока. Существенно, что содержащиеся в петрушке вещества, которые растворяют соли, экстрактируются только в молоке, поэтому его в этом рецепте водой заменять нельзя.

Выводят соли также измельченным до порошка **БРУСНИЧНЫМ ЛИСТОМ** (1 ч. л. на 2 ст. кипятка). Уместно заметить, что

Существует и другой способ очищения суставов — **С ПОМОЩЬЮ ЛИМОНА И ЧЕСНОКА.** Для этого 1 лимон с кожурой и 1 головку чеснока измельчают на мясорубке, полученную смесь кладут в литровую банку и заливают 0,5 л холодной некипяченой воды. Настаивают 36 часов в теплом месте, накрыв стеклянной крышкой. В течение всей жизни принимают по 1 ст. л. смеси до еды. Перед употреблением смесь следует перемешать.

ОЧИСТКА РИСОМ. Свойством «вытягивать» из суставов отложившиеся на них соли обладает и вареный рис, причем, чем больше времени его замачивают в воде, тем более эффективно он воздействует.

ТИБЕТСКИЙ МЕТОД ОЧИСТКИ СУСТАВОВ И МОЧЕПОЛОВОЙ СИСТЕМЫ заключается в следующем. В пол-литровую банку засыпают 2 ст. л. риса, заливают водой и оставляют на сутки. На следующий день промывают рис в первой банке, засыпают 2 ст. л. во вторую банку и заливают ее водой. Так в течение пяти дней довести количество банок до пяти, не забывая обновлять в них воду.

На шестой день взять первую банку для использования, а к четырем оставшимся добавить свежую пятую. Из вымоченного риса сварить кашу и съесть ее без соли и хлеба. В течение 4-х часов потом не есть другой еды и не пить, чтобы дать возможность рису «вытянуть» шлаки. Такая очистка длится 40 дней. Не пугайтесь, когда моча станет похожа на грязный кисель, это очищается мочеполовая система. Ваши скрипящие колени и локти станут удивительно бесшумными и эластичными. Если кто-то страдает миомой, аденомой, можно еще выпить в дни очистки рисом чай с добавлением молотого имбиря. На 1 ст. чая добавьте 70-100 мг молотого имбиря. В случае мастопатии дополнительно приложите компресс из этого охлажденного чая с имбирем на 15-20 мин. к месту опухоли в груди. Этот метод рекомендует мудрая наука макробиотики.

Г.П.МАЛАХОВ предлагает другой способ очистки рисом: 3 ст. крупы вымачивать трое суток, затем воду вылить, налить 2 ст. свежей и варить, пока она не выкипит. Разделить кашу на 4 одинаковые порции и съесть каждую

нечных лучей. Воду, как и на биофабрике, где их выращивают, желательно менять 2 раза в неделю. При этом надо помнить, что МП не любят резких перепадов температуры. Поэтому лучше, если сменная вода отстаивается рядом.

Можно использовать обычную водопроводную воду. Если же у вас вода сильно хлорированная, обязательно воспользуйтесь специальными фильтрами. Колодезная и криничная вода не всегда соответствует нормам по жесткости и кислотности. Вода из речки или пруда хороша. Но тут важно, чтобы в ней не было загрязнений. Например, в воде реки Свислочь, взятой в центре г.Минска, МП погибают через 1-3 дня.

Как ставить МП? Лучше всего воспользоваться услугами специалиста. Многие из медсестер старшего поколения великолепно умеют это делать. Если же такой возможности нет, то можно попробовать сделать это и самому. В первую очередь, следует хорошо вымыть с мылом место предполагаемой постановки

...ния прямых солнечных лучей. Воду, как и на биофабрике, где их выращивают, желательно менять 2 раза в неделю. При этом надо помнить, что МП не любят резких перепадов температуры. Поэтому лучше, если сменная вода отстаивается рядом.

Можно использовать обычную водопроводную воду. Если же у вас вода сильно хлорированная, обязательно воспользуйтесь специальными фильтрами. Колодезная и криничная вода не всегда соответствует нормам по жесткости и кислотности. Вода из речки или пруда хороша. Но тут важно, чтобы в ней не было загрязнений. Например, в воде реки Свислочь, взятой в центре г.Минска, МП погибают через 1-3 дня.

Как ставить МП? Лучше всего воспользоваться услугами специалиста. Многие из медсестер старшего поколения великолепно умеют это делать. Если же такой возможности нет, то можно попробовать сделать это и самому. В первую очередь, следует хорошо вымыть с мылом место предполагаемой постановки

...из-за насыщенности вашей крови вредными веществами).

Спектр применения МП самый широкий, но есть и противопоказания: это гемофилия (несвертываемость крови) и индивидуальная непереносимость (явление крайне редкое, обнаруживается после первого же сеанса). Кроме того, не следует ставить МП людям, употребившим алкоголь и гепариносодержащие препараты, в течение 12-24-х часов. В настоящее время существует несколько школ с разнообразными подходами и схемами лечения. В своей практике я использую методики разных направлений.

Количество необходимых для лечения МП зависит от возраста пациента, его роста, веса, давности заболевания и других факторов.

Лечение лучше всего начинать в вечернее время, перед отходом ко сну. А на первый сеанс и вовсе выбрать день перед выходными.

Борис ШЕШКО,
член ассоциации гирудологов России.
Тел. в г.Минске 263-87-43 (вечером).

Медицинская пиявка: повторение пройденного?

В русской медицине издавна своей высокой эффективностью выделялась гирудотерапия, или метод лечения медицинскими пиявками. Место гирудотерапии в лечебной практике, ее значение можно «полновесно» оценить лишь зная, как велико число болезней, вызывающих поражения сосудов, нарушения кровотока, повышенное тромбообразование и т.д. Более того, быстрота и выраженность клинического эффекта определяют возможность использования МП для проведения домашней реанимации. Что же происходит в момент контакта? МП подает в больной орган неповторимый по «конструкции» и эффективности набор целебных веществ, лекарств, «рецепт» которых могла изобрести и сохранить в памяти только мать-природа. Их достоинство неоспоримо: экологически чистые, совершенно безвредные, абсолютно свежеприготовленные активные биокомпоненты. Они поступают непосредственно в кровь, уменьшают боль в органах, снимают отек тканей, нормализуют обмен веществ, улучшают текучесть крови, устраняют ее повышенную свертываемость, предотвращают образование и растворяют ранее образовавшиеся тромбы. Последние вместе с холестериновыми бляшками перекрывают просветы сосудов, и тогда никакие лекарства не снимают кровяное давление, не устраняют боли в сердце и головную боль. Зато всем этим явлениям успешно противостоят МП — они восстанавливают проходимость сосудистого русла и кровообращение в органах, сводят на нет ишемию, устраняют энергетическое и кислородное голодание. Действие гирудотерапии на сердце можно сравнить только с аорто-коронарным шунтированием, которое, однако, рисковано само по себе, как и всякая сложная кардиологическая операция. К тому же, оно экономически недоступно большинству населения. Существенным же преимуществом «гирудо-шунтирования» является возможность прочистить сосуды головного мозга, печени, почек, поджелудочной железы, органов малого таза и конечностей при травматических повреждениях, воспалительных процессах, даже кистах и доброкачественных опухолях, а при злокачественных — значительно уменьшается болевой период. Плановое лечение МП создает эффект истинного омолаживания организма с повышением эмоционального тонуса и физической выносливости.

Пиявки с равным успехом могут применяться как в больничных, так и в домашних условиях для лечения и предупреждения ишемической болезни сердца и инфаркта миокарда, мигрени и мозгового инсульта, вегетососудистой дистонии и гипертонической болезни, тромбофлебитов и язв голени, глаукомы, невритов и болезней суставов, геморроя, аденоматоза матки и предстательной железы, кист яичников и других заболеваний.

Гирудотерапия хорошо сочетается со всеми другими методами врачебной лечебной тактики. Заметим, что при всей многоплановости и эффективности этот «экзотический» в наши дни вид лечения устраняет глубокий механизм болезни, но не ее причину. Поэтому оно должно проводиться одновременно с лечением медпрепаратами, травами, свето- и теплолечением, водой, руками, словом и другими лечебными факторами. Сама же МП «работает» так: безболезненно присасываясь к коже, она формирует сосудистую дорожку в соответствующий орган и «извлекает» из него вместе с кровью токсические продукты, поступившие в него или образовавшиеся там. Она устраняет в органе венозный застой, отечность тканей, снимает их напряжение, чем и создает быстрый эффект обезболивания без медикаментов. Через этот «шунт» в орган поступают ее активные «свежеприготовленные» биолекарства, которые и наводят там порядок. Это, в свою очередь, поднимает местный иммунитет, способствует улучшению питания и дыхания клеток, рассасыванию послеоперационных рубцов, спаек, кистозносклеротических образований. К тому же, воздействуя на кожу своей присоской, МП обеспечивает мощный лечебный эффект рефлексо- и энерготерапии, часто превосходящий по качеству китайскую иглотерапию: нервный аппарат присоски безошибочно отыскивает на коже биологически активные точки, нормализует энергетику органа, его биорезонансную характеристику. И это действие сохраняется в течение 5-7-ми дней после сеанса лечения.

Раиса МИХАЛИК,
кандидат медицинских наук,
г.Смоленск.

...певт А.Захарченко.

1 ст. тертых корней петрушки залить 0,5 л горячего молока, оставить в термосе на ночь. Наутро смесь перемешать, разделить на 3 части и съесть за 3 раза в течение дня. Так поступать на протяжении 10-12-ти дней.

Если корней нет, можно использовать растолченные семена, но их надо брать всего 1 ч. л. на 0,5 л молока. Существенно, что содержащиеся в петрушке вещества, которые растворяют соли, экстрактируются только в молоке, поэтому его в этом рецепте водой заменять нельзя.

Выводят соли также измельченным до порошка **БРУСНИЧНЫМ ЛИСТОМ** (1 ч. л. на 2 ст. кипятка). Уместно заметить, что представители северных народов, благодаря традиции пить чай из брусничного листа, мало страдают из-за отложения солей. Правда, есть такое мнение, что брусничный лист отрицательно влияет на мужскую потенцию.

Целитель и колдун Юрий Тарасов рекомендует использовать для этого спиртовую настойку **КЕДРОВЫХ ОРЕХОВ.**

бесшумными и эластичными. Если кто-то страдает миомой, аденомой, можно еще выпить в дни очистки рисом чай с добавлением молотого имбиря. На 1 ст. чая добавьте 70-100 мг молотого имбиря. В случае мастопатии дополнительно приложите компресс из этого охлажденного чая с имбирем на 15-20 мин. к месту опухоли в груди. Этот метод рекомендует мудрая наука макробиотика.

Г.П.МАЛАХОВ предлагает другой способ очистки рисом: 1 ст. крупы вымачивать трое суток, затем воду вылить, налить 2 ст. свежей и варить, пока она не выкипит. Разделить кашу на 4 одинаковые порции и съесть каждую через равное время за 20 мин., перед этим выпивая полстакана воды. Кроме того, в течение дня принять отвар (1 ст.) шиповника, а на следующий день — 500 г свеклы и 500 г яблок.

Через 3-4 дня процедуру повторить, и так до получения удовлетворительного результата. Но надо заметить, что чистки рисом приводят к значительному похудению.

Сейчас много говорят о необходимости очищать организм от шлаков, выводить токсины. Но все процедуры, о которых я знаю, очень сложны. Нельзя ли посоветовать что-нибудь попроще?

Н.ЦВЕТКОВ.

Можно порекомендовать настой из трав, которые легко заготовить самим. Возьмите по 100 г сухих цветков ромашки, зверобоя, бессмертника, листа земляники и березовых почек. Тщательно все перемешайте и измельчите. 2 ст. л. смеси залейте 400 г крутого кипятка и настаивайте в термосе всю ночь. Утром процедите и принимайте в теплом виде по полстакана 2 раза в день за 20 мин. до еды. Можно добавить в настой 1 ч. л. меда. Курс лечения — 50 дней. Его достаточно проводить раз в год. Этот настой усиливает функции всех выделительных систем — кишечника, печени, почек, улучшает обмен веществ.

А.ТРОФИМОВ,
травник.

Без таблеток

Многие хотели бы почистить свой организм — вывести вредные вещества, шлаки и соли. Для приготовления целебного, очищающего напитка смешивают свекольный, морковный и огуречный соки поровну и принимают в течение дня небольшими дозами. А для лечения предстательной железы пейте по полстакана свекольного сока утром до или после завтрака.

И, конечно же, не забывайте зимой разнообразить рацион питания аппетитными винегретом или борщом.

От икоты

Горькая смесь

Есть хорошее средство, избавляющее от мучительной икоты. Смешайте чуть-чуть горчицы и столового уксуса. Этой кашицей смажьте примерно 1/3 языка и потерпите хотя бы 2-3 мин. Затем хорошенько прополощите рот. Ощущение от процедуры неприятное, зато эффект замечательный — икота проходит почти мгновенно.

1999г. НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА ЛЕЧЕНИЯ И ПРОФИЛАКТИКИ
Домашний доктор
приложение к газете Толока № 20

Орех черный

В российской печати появилось много статей об американской целительнице Хулде Кларк. Она предложила особую рецептуру, в состав которой входит настойка черного ореха.

Эта рецептура показала удивительные лечебные свойства, в том числе при лечении онкологических и многих-многих других системных хронических заболеваний, которые практически не поддаются лечению официальными методами. По-видимому, гораздо эффективнее при онкозаболеваниях вместо ореха грецкого, который ранее был рекомендован М.П.Тодиком в составе керосиновой настойки, использовать орех черный. По сути, черный орех — ближайший родственник ореха грецкого, но родина его — Северная Америка, поэтому в нашей стране он мало известен. Тем не менее, имеются его посадки на юге России и во многих ботанических садах. Причем, можно делать даже промышленные заготовки. Это дерево хорошо растет и плодоносит в Краснодарском и Ставропольском краях. В городе Сочи имеются великовозрастные деревья и посадки, которые дают обильный урожай орехов. Плоды его крупнее, чем у ореха грецкого, а околоплодник более мощный, мясистый. Кожура ореха крайне твердая, из-за этого в питании его не используют. Принадлежит орех черный к тому же многочисленному семейству ореховых, что и грецкий. О лечебных свойствах ореха грецкого у нас известно хорошо. Именно его недозрелые плоды целитель М.П.Тодика предложил использовать в настойке на керосине для лечения онкозаболеваний. Попутно была доказана эффективность этой настойки при радикулите, инфильтратах, гастрите, простатите, артрите, пиелонефрите, гипертонии, склерозе, тромбофлебите, ишемии, шизофрении, циррозе... Так был разработан препарат ТОДИКАМП. Препарат, предложенный Х.Кларк из ет в большинстве случаев. У нас ее последовательницей стала Астхита Колпакова.

А.Колпакова описывает, как излечила три свои опухоли: в женских органах, кишечнике и на ноге. Болезнь была 3Б стадии. Целыми днями она лежала без сил, слабость непреодолимая. Применяя комплексную методику лечения настойкой черного ореха, исцелилась. Затем, будучи врачом, смогла исцелить и многих других.

Как было сказано выше, кроме настойки черного ореха, в лечение входит прием полыни и гвоздики. Но гвоздику надо покупать цельную.

Свои лечебные свойства проявляет только свежесмолотая гвоздика (то есть, молоть ее надо самим и хранить в закрытой баночке не более полторы недели). Перед употреблением поместите головки гвоздики в капсулы или смешайте с яблочным пюре.

Буквально через три дня с начала приема настойки ее опухоль из плотной стала мягкой (у других это может произойти на пятый день и т.д.). Женщина почувствовала, как начали возвращаться силы, появились аппетит, работоспособность. Но баланс между здоровьем и болезнью еще шаткий. Любая мелочь может ослабить иммунитет: некипяченое молоко, сахар, несоблюдение диеты и т.д.

Показания. Считается, что настойка дает положительное действие при всех видах онкологии, гипо- и гипертонии, диабете, рассеянном склерозе, псориазе, экземе, грибковых заболеваниях, сыпях различного происхождения, хронической усталости, головных болях, мигрени, болезни Крона, заболеваниях кишечника, в том числе колите, заболеваниях желудка и печени,

Для профилактики и изгнания паразитов настойку применяют так: 1-й день — 1 капля на 0,5 ст. воды на пустой желудок, 2-й день — 2 капли, 3-й день — 3 капли, 4-й день — 4 капли, 5-й день — 5 капель, 6-й день — 2 ч. л. на 1/4 ст. воды. Пить маленькими глотками в течение 15 мин. Если ваш вес больше 68 кг, примите 2,5 ч. л., а если больше 90 кг, то — 3 ч. л. Для ароматизации можно добавить мед и корицу.

Члены семьи и близкие должны принимать по 2 ч. л. настойки раз в 2 недели, чтобы не заразить вас повторно. В их кишечнике могут находиться паразиты в разной стадии развития, никак не проявляя своего присутствия.

Для чего нужно 5-6 дней, чтобы выйти на дозу 2 ч. л.? Возможно, у вас весьма чувствительный желудок, не исключены побочные эффекты. На шестой день вы сами поймете, как реагирует ваш организм на настойку.

Если вы совершенно уверены, что организм нормально воспринимает настойку, можете пить ее по 2 ч. л. ежедневно.

Если же плохо, то принимайте каплями, увеличивая дозу по своему усмотрению, пока не осмелитесь дойти до 2 ч. л.

При лечении опухолей и других серьезных болезней рекомендуют «ударные» дозы настойки.

Примите 8 ч. л. настойки черного ореха, а также 3 таблетки по 500 мг ниацинамида (но не ниацина).

Полежите примерно 1 час. И снова примите 8 ч. л. настойки и еще 3 таблетки ниацинамида.

Настойку можете запивать водой в любом количестве. Делайте маленькие глотки, чтобы не было тошноты. Орех черный совершенно безвреден, чего нельзя сказать об алкоголе, поэтому и принимают после настойки ниацинамид. Если тошнит, выйдите на воздух.

В дальнейшем дозировку следует увеличивать вплоть до 16 ч. л. и даже более, если необходимо. Все принимать до еды 2-3 недели.

Кладезь здоровья

Корень девясила имеет специфический горько-пряный жгучий вкус, поэтому его надо принимать с медом или сахаром. Отвары или порошок девясила, настой или настойка на спирту — вот кладезь, из которого можно черпать здоровье человеку, имеющему целый «букет» болезней.

При остром холецистите измельчить корень девясила в порошок, смешать с медом, скатать шарики. Принимать их, запивая водой с медом. Доза — 1 ст.л. молотого девясила в сутки.

Приступы почечной колики прекрасно снимает компресс из сваренных в сладком вине листьев девясила. Отвар корня является противоядием, особенно, если поражена печень. В таких случаях принимают отвар девясила по 1 ст.л. до еды. При болях в ушах размолотый корень смешать с бараньим жиром и хорошенько смазать ушную раковину. Девясил назначают как отхаркивающее средство при бронхитах, застарелом кашле, когда мокроты не отходят, трахеите, воспалении легких. Благодаря тому, что девясил обладает противовоспалительными свойствами, его с успехом применяют при лечении желудочно-кишечного тракта, геморрое (снимает боли и останавливает кровотечение). При гастрите, язве желудка и двенадцатиперстной кишки пьют настойку. Пользуются препаратами девясила при увеличении щитовидной железы, повышенном давлении, заболеваниях простудного характера. При простуде втирают настойку девясила в область легких, укутывая затем больного так, чтобы он пропотел, и дают внутрь — по 1 ст.л. 3 раза в день.

Свежие листья прикладывают к язвам, опухолям, роже.

Мази на основе девясила с успехом применяют при кожных заболеваниях, особенно помогают они при чесотке, когда необходимо вымыть тело крепким отваром растения. После изнурительной болезни, при упадке сил, немощи рекомендуют употреблять по 50 г напитка, приготовленного из свежего корня, уваренного в портвейне.

Ввиду того, что девясил имеет в своем составе до 44% инулина, он показан также больным сахарным диабетом. Есть сведения о том, что его можно применять больным эпилепсией, астмой. Эфирные масла девясила имеют свойство изгонять глистов. Девясил принимают внутрь при неврастении, повышенной нервной возбудимости, употребляют при радикулите, ревматизме.

Здоровья вам, люди!

Ольга ФИЛИППОВА,
г. Бобруйск Могилевской обл.

Лабазник, «открытый» в походах

В одном из обычных российских сел «панацеей» от всех бед был лабазник вязолистный. От лабазника шестилепестного он сильно отличается и строением, и местом произрастания, и применением. Лабазник вязолистный выше (до 150 см) лабазника шестилепестного, листья его значительно крупнее, имеет специфический аромат, корни

ем, добавляли 8-10 немытых изюминок, держали 1-2 дня в теплом месте, а потом закупоривали. После окончания брожения обязательно сливали с осадка.

Зная, что в траве лабазника много витамина С (более 300 мг%), пробовали добавлять его в салаты, борщи, супы. Получались неплохие блюда, но лучше брать лишь самые молодые листья. Местные [illegible] в пищу его не употребляли, считая лабазник слишком лекарственным.

Из рассказов местных жителей, знахарей, да и сами в походах определили, что лабазник вязолистный гораздо эффективнее, чем зверобой, снимает боли и воспаление желудка и

дая, из-за этого в питании его не используют. Принадлежит орех черный к тому же многочисленному семейству ореховых, что и грецкий. О лечебных свойствах ореха грецкого у нас известно хорошо. Именно его недозрелые плоды целитель М.П.Тодика предложил использовать в настойке на керосине для лечения онкозаболеваний. Попутно была доказана эффективность этой настойки при радикулите, инфильтратах, гастрите, простатите, артрите, пиелонефрите, гипертонии, склерозе, тромбофлебите, ишемии, шизофрении, циррозе... Так был разработан препарат ТОДИКАМП. Препарат, предложенный Х.Кларк из ореха черного на водке (или спирту), это аналог нашего ТОДИКАМПа. Каждый из препаратов имеет свои преимущества. Керосиновая настойка обладает высокими фармакологическими свойствами. Но настойка черного ореха обладает более высокими фитонцидными свойствами. Концентрация в них вещества юглона и др. специфических полифенолов намного выше. Поэтому, учитывая преимущества каждого препарата, можно предложить развивать идеи Х.Кларк и М.Тодика и создать препарат из черного ореха на керосине. Назовем его условно ТОДИКЛАРК. Применять его можно по рецептуре М.Тодика (то есть, от 30-ти капель до 1-й ч. л. 3 раза в день до еды), но в комбинации Х.Кларк (то есть, вместе с порошком из полыни и гвоздики).

На Западе спиртовая (или водочная) настойка черного ореха, принимаемая вместе с гвоздикой и горькой полынью, показала хорошие результаты при лечении рака, в том числе и у детей. Первой об этом написала Хулда Кларк, доктор медицины из США. Основная ее идея: изгоните паразитов, в том числе и глистов, и вы вылечите все свои болезни, даже рак. По ее мнению — все виды рака схожи между собой, и все они вызваны действием паразитов. Предложенный ею рецепт способен уничтожить до 100 видов паразитов (чего не может никакое другое лекарство) и без всяких побочных эффектов. Все три ингредиента надо принимать вместе. Черный орех и полынь убивают взрослых, активных особей паразитов, а гвоздика убивает яйца. Только употребляя их вместе, вы избавитесь от паразитов полностью. Причем, как утверждает Х.Кларк, эта «тройчатка» помогает произойти на пятый день и т.д.). Женщина почувствовала, как начали возвращаться силы, появились аппетит, работоспособность. Но баланс между здоровьем и болезнью еще шаткий. Любая мелочь может ослабить иммунитет: некипяченое молоко, сахар, несоблюдение диеты и т.д.

Показания. Считается, что настойка дает положительное действие при всех видах онкологии, гипо- и гипертонии, диабете, рассеянном склерозе, псориазе, экземе, грибковых заболеваниях, сыпях различного происхождения, хронической усталости, головных болях, мигрени, болезни Крона, заболеваниях кишечника, в том числе колите, заболеваниях желудка и печени, болезни простаты, болях в мышцах, костях и суставах, зашлакованности организма, излишней полноте, преждевременном старении.

Рецептура. Для изготовления настойки черного ореха используют спирт (50%) и мягкую (полузрелую) оболочку ореха. Но использовать лучше весь орех целиком, не раскалывая, поскольку активные вещества находятся именно в зеленой наружной оболочке. Вымытые орехи укладывают в стеклянные банки под горлышко, а затем заливают спиртом. Добавляют 1 ч. л. витамина С, закрывают как можно плотнее полиэтиленом, а сверху — крышкой и оставляют на 3-5 дней. Затем орехи удаляют и снова добавляют по 1 ч. л. витамина С на каждый литр. Благодаря этому, цвет настойки окажется зеленым. Если банки закрывают металлическими крышками, то под крышки надо положить прокладку из полиэтилена. Целебные свойства настойки сохраняются несколько лет (если банки не открывать).

От контакта с воздухом настойка темнеет и теряет свою силу. Чтобы свести этот контакт к минимуму, спирт заливают, как говорится, «под завязку»: т.е., чтобы он на один миллиметр не доходил до укрывающего его полиэтилена. Важно, чтобы и после разлива в банки, бутылки там тоже было как можно меньше воздуха. Перед употреблением настойку из больших банок лучше разлить в маленькие. Конечная цель — не допустить, чтобы наполовину опорожненные банки стояли «с воздухом» месяц или около того. Если настойка начинает терять зеленый цвет, добавьте в нее витамин С.

Для алкоголиков, детей — лучше водный настой, который, однако, долго не хранится. В качестве консерванта можно использовать мед (1:1).

стойки.

Примите 8 ч. л. настойки черного ореха, а также 3 таблетки по 500 мг ниацинамида (но не ниацина).

Полежите примерно 1 час. И снова примите 8 ч. л. настойки и еще 3 таблетки ниацинамида.

Настойку можете запивать водой в любом количестве. Делайте маленькие глотки, чтобы не было тошноты. Орех черный совершенно безвреден, чего нельзя сказать об алкоголе, поэтому и принимают после настойки ниацинамид. Если тошнит, выйдите на воздух.

В дальнейшем дозировку следует увеличивать вплоть до 16 ч. л. и даже более, если необходимо. Все принимать до еды 2-3 недели. Затем — перерыв. Начинать можно с 2-х ч. л. Параллельно сразу же принимают порошок из полыни горькой: 0,5 ст. л. 1 раз в день до еды. Некоторые чувствительные люди не могут принимать сразу 0,5 ч. л. полыни. В этом случае начинайте со щепотки, затем — 1/4 ч. л., на другой день — 1/3 ч. л,... 0,5 ч. л... В течение 2-3-х дней принимайте по 0,5 ст. л. в день, а в дальнейшем — по 0,5 ст. л. 1 раз в неделю. При возможности дозу наращивают. Гвоздику пьют по 1500 мг, или 1 ч. л. порошка 1 раз в день на пустой желудок. Начинают прием гвоздики обычно так же, как и полыни — с 1/5 ч. л., но 3 раза в день. На 2-й день принимают по 1/4 ч. л. 3 раза в день до еды. С 3-го по 10-й день принимают по 1/3 ч. л. 3 раза в день до еды. После 10-го дня принимают 1 ч. л. раз в неделю. Обычно, чтобы избавиться от трематоды и множества других паразитов, достаточно принимать эти три растения 7-14 дней. Однако лечение опухолевых заболеваний должно продолжаться в течение 2-х месяцев с целью полного освобождения от патогенной инвазии. При необходимости 2-месячный курс лечения повторяют в ближайшие месяцы. Но возможны случаи упорного течения заболевания. Значит, в вашем организме находится не кишечная трематода, а паразиты типа ленточных и круглых глистов. В таких случаях рекомендуют принимать высокую дозу гвоздики раз в день в течение недели, при этом продолжая прием всех трех препаратов.

Вышлю плоды черного ореха или его настойку.

Геннадий ГАРБУЗОВ,
канд. мед. наук, целитель.
(354002 Сочи, а/я 159, (8622) 97-17-71
Геннадий Алексеевич ГАРБУЗОВ).

лечении желудочно-кишечного

г. Бобруйск

Лабазник, «открытый» в походах

В одном из обычных российских сел «панацеей» от всех бед был лабазник вязолистный. От лабазника шестилепестного он сильно отличается и строением, и местом произрастания, и применением. Лабазник вязолистный выше (до 150 см) лабазника шестилепестного, листья его значительно крупнее, имеет специфический аромат, корни шнуровидные (у шестилепестного — небольшие клубеньки), растет во влажных местах, а шестилепестный — в более сухих.

Знакомство с местными обычаями мы начинали как обычно — приглашали к вечернему чаю у костра местных пастухов, угощали их своими настойками и чаями и выспрашивали местные тайны и фамилии знахарей.

В первый же вечер нас угостили ароматнейшим медовым чаем «из медунки болотной». Оказалось, что это лабазник вязолистный. Те, кто сильно увлекся им в тот вечер, потом несколько раз вставали ночью, чтобы «вернуть» его природе. Утром говорили, что, «кажется, стало легче почкам» (а мы специально берем в такие походы людей с разными болячками).

На следующий вечер мы сами попробовали приготовить такой чай, но пить его не смогли — был сильный запах метилсалицилата. Кто лечил ревматизм, подагру, полиартрит аптечными мазями, тот знает это противовоспалительное вещество и его запах. Секрет был прост: настаивать цветы лабазника нужно в холодной воде (видимо, метилсалицилат растворяется только в горячей воде). То же самое нужно делать, если готовите вино на цветах лабазника (кстати, цветочные вина более экономные по сравнению с фруктовыми за счет нектара и, конечно же, более полезные и лечебные — на 4 л вина нужен всего 1 кг сахара). Местные вина мы тоже попробовали. Кто хотел более лечебное — настаивал плотно набитую литровую банку цветов в 3,5 л кипятка 1 сутки. Кто хотел более ароматное — настаивал их 2-3-е суток на холодной воде (обязательно в закрытой посуде). Затем сырье отжимали, отдельно варили сироп (0,5 л воды — на 1 кг сахара) с 1-2 лимонами (или добавляли 1-2 ч. л. лимонной кислоты), холодным смешивали с настоем, добавляли 8-10 немытых изюминок, держали 1-2 дня в теплом месте, а потом закупоривали. После окончания брожения обязательно сливали с осадка.

Зная, что в траве лабазника много витамина С (более 300 мг%), пробовали добавлять его в салаты, борщи, супы. Получались неплохие блюда, но лучше брать лишь самые молодые листья. Местные жители в пищу его не употребляли, считая лабазник слишком лекарственным.

Из рассказов местных жителей, знахарей, да и сами в походах определили, что лабазник вязолистный гораздо эффективнее, чем зверобой, снимает боль и воспаление желудка и кишечника (1 ст. л. травы на 1 ст. кипятка, настоять 1-2 часа, пить по 1-2 ст. л. 3 раза в день до еды), лечит язву желудка и двенадцатиперстной кишки (настой цветков готовить и принимать так же). Попутно мы замечали, что улучшалась и работа печени, желчного пузыря, почек, очищалась кровь, уменьшался зуд кожи. Лабазник действовал эффективнее, чем липа, при простудных заболеваниях и лучше всех выручал нас при различных ранах, нагноениях. Им пользовались даже для спринцевания. Корень смешивали с каким-нибудь вяжущим растением (дубом, кровохлебкой, раковыми шейками). Брали 20 г лабазника или смеси на 1 л кипятка.

Мазь для суставов и поясницы местные готовили из 3 ст. л. порошка корня на 1 ст. несоленого смальца (варили 15 мин. на водяной бане). Мы же просто смешивали порошок с вазелином (1:5) и тоже получалась хорошая мазь.

Хочется вспомнить еще об одном растении, «открытом» в этом селе, — о зюзнике. Он гораздо эффективнее валерианы, как сердечное и успокаивающее, и хорошо помогает при болезнях щитовидной железы (при повышенной секреции). Это мы испытали на себе. Но вернемся к лабазнику.

Это хороший медонос, причем, с восхитительным ароматом.

Семена лабазника я пытался собирать в природе, но т.к. он растет по окраинам сенокосных угодий, то зачастую до созревания семян не доставал — скашивали. Поэтому развел его на своем участке, и теперь у меня нет проблем с ежегодным сбором свежих семян.

Есть в лабазнике еще одно полезное свойство — это растение прекрасно выглядит в композициях у водоема, на клумбе или миксбордере. Для ландшафтного архитектора — это настоящая находка.

Мирослав ГУМЕНЮК
(241037 г.Брянск, а/я 152,
Гуменюк Мирослав Степанович)

Травы от эпилепсии

(Продолжение. Начало в №№ 15 — 19).

Пустырник. Как лекарственное растение был известен еще в средние века. Издавна использовался в русской народной медицине как сердечное средство и от упорного кашля.

Настой и настойка травы действуют на сердечно-сосудистую систему, замедляют ритм сердца, увеличивают силу сердечных сокращений, снижают кровяное давление. Установлено, что препараты пустырника действуют успокаивающе на центральную нервную систему, причем, сильнее настойки валерианы в три-четыре раза. Пустырник повышает мочеотделение, уменьшает одышку и сердцебиение, снимает головные боли и, обладая легким снотворным действием, улучшает сон.

Пустырник широко используют и в зарубежной медицинской практике. В Англии рекомендуют употреблять при истерии, невралгии, сердечной слабости и одышке, а в Румынии — при базедовой болезни и эпилепсии.

Трава пустырника входит в состав успокаивающих сборов.

Способы применения:

- 2 ч. л. травы пустырника настаивать 6-8 часов в 2 ст. холодной кипяченой воды, процедить. Принимать по 1/4 ст. 3-4 раза в день за полчаса до еды.
- 15 г травы настаивать 2 часа в 1 ст. кипятка в закрытой посуде, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3-5 раз в день за полчаса до еды.
- Спиртовую настойку пустырника (а также вместе с настойкой ландыша) *принимать по 20-30 капель с водой 2-3 раза в день за полчаса до еды.*
- Сухие листья истолочь в порошок. Принимать по 0,5-1 г 4 раза в день до еды.

Синяк обыкновенный. *Синяк успокаивающе действует на нервную систему, уменьшает судороги, вызывает отхаркивание*

Лопух большой

Цветет в июле-августе. Корни заготавливают рано весной, до начала отрастания, или в сентябре-октябре у растений первого года жизни, которые не имеют стебля. Корни первого года сочные, мясистые, второго года — деревянистые и для лекарственных целей непригодны. Выкопанные корни очищают от земли, промывают в воде и отрезают надземные части у корневой шейки. Снимают кожицу, разрезают на кусочки по 10-15 см длиной, а толстые разрезают и вдоль. Сушат на открытом воздухе, на чердаках, под навесами и в других помещениях с хорошей вентиляцией или в сушилке при температуре 50-60 град. Высушенные корни ломаются, а не гнутся. Хранят их в коробках в сухих, хорошо проветриваемых помещениях. Срок хранения сырья — 5 лет.

Для лучшей сохранности действующих веществ рекомендуется не мыть корень, а почистить его щеткой и, разрезав вдоль на куски, сушить в печи или в духовке (но не на воздухе — во избежание быстрого брожения). Срок хранения — не более года.

В период цветения собирают и листья лопуха. Листья сушат обычным способом, хранят 1 год.

Корни

Отвар корней: 1 столовую ложку сухого измельченного сырья залить 1 стаканом горячей воды, кипятить 30 мин., охлаждать 10 мин., довести объем до исходного. Принимать теплым по 2 столовые ложки 2-3 раза в день до еды **при рахите.**

1 столовую ложку измельченного корня варить 10 мин. в 500 мл воды, процедить и пить по винной рюмке 4 раза в день перед едой **при аденоме предстательной железы.**

Применяют **как регулятор деятельности желудочно-кишечного тракта при пониженной кислотности желудочного сока, хронических запорах, мочекаменной болезни, как мочегонное средство и в профилактике сахарного диабета.** Отвар: 10 г сухих измельченных корней залить 1 стаканом воды, кипятить 15-20 минут, настаивать 1 час и процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день до еды.

Отвар корней (из расчета 20 г на 200 мл воды) назначают по 0,5 стакана 2-3 раза в день для **стимулирования обмена веществ** и **как противовоспалительное средство при артритах, артрозах, суставном ревматизме, подагре.** В качестве **мочегонного отвар** показан при **почечнокаменной болезни.**

Отвар корней: 20 г сухого измельченного сырья на 1 стакан воды, кипятить 30 мин., настаивать 20 мин., процедить, довести до исходного объема. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день **при холецистите, желчнокаменной болезни, хроническом панкреатите.**

В народной медицине отвар корней (20 г сухих корней на 200 г кипятка, по 1/3 стакана 3 раза в день) используют **при подагре, ревматизме, сахарном диабете, желчнокаменной и мочекаменной болезнях, гастрите, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, геморрое, кожных заболеваниях (экземах, угрях, лишаях, фурункулезе), экссудативном диатезе, отеках,** наличии **глистов.** Отваром корня моют два раза в неделю голову для **укрепления и улучшения роста волос.**

Отвар в виде компресса используют при экземах, дерматитах, кожных сыпях, сопровождающихся зудом (столовую ложку измельченного корня залить 2 стаканами кипятка, кипятить 30 минут, остудить, процедить).

Две столовые ложки сухих измельченных корней залить стаканом кипятка, проварить на слабом огне 10 минут, настоять до охлаждения и процедить. Втирать в корни волос 2-3 раза в неделю или ополаскивать волосы после мытья. Процедура укрепляет корни волос, усиливает их рост, уничтожает перхоть. Применяется при выпадении волос, жирной себорее головы. После втирания волосы ополоснуть водой.

При различных сыпях, угрях, воспалении конъюнктивы глаз и т.д. обмывают пораженные поверхности концентрированным настоем (2-3 столовые ложки сырья на стакан воды) корней.

А.П.Попов разработал метод лечения **экземы** препаратами лопуха. Он рекомендует 4-5 столовых ложек измельченного корня поместить в эмалированное ведро, залить водой, прокипятить 20 мин., охладить до температуры 39-40 град., опустить в отвар сложенную вчетверо простыню, слегка отжать, плотно укутать ею больного от подмышек до щиколоток, накрыть сухой простыней и тонким шерстяным одеялом и зафиксировать их булавками. Длительность процедуры — 1-2 часа, а если больной уснул — до пробуждения. Проводят ее на ночь 1 раз в сутки. Курс лечения — 6 дней. После однодневного перерыва лечение повторяют. На теле, очистившемся от экземы, должна появиться легкая сыпь, которая через 1-2 дня исчезнет.

При **кожных заболеваниях** целесообразно использовать горячие ванны с настоем корней или листьев. На ванну берут 100-200 г растения, предварительно настояв его и процедив настой.

Мазь: отварить корни в небольшом количестве воды, протереть и перемешать с равным количеством сливочного масла до получения мази. Использовать **при ожогах и для укрепления волос,** смазывать при **трещинах кожи.**

Листья лопуха

Свежие листья лопуха промыть, сухие — обдать кипятком и приложить обратной стороной (можно на ночь) к больному месту, накрыть компрессной бумагой или полиэтиленовой пленкой, а сверху — слоем ваты, платком или тканью. Такой компресс помогает при **подагре, ревматизме, опухолях, болях в суставах, артрите, полиартрите, радикулите.** При этом компрессе нижнюю войлочную сторону листьев лопуха можно слегка смазывать растительным маслом, а количество их увеличить до 5-6 листьев в слое. Листьями обкладывают больных с высокой температурой, а смазанные сметаной — прикладывают к местам с **рожистым воспалением.**

При **остеохондрозе** на область позвоночника или сустава приложить листья лопуха. Укрепив, забинтовав, оставить на ночь.

Свежие листья используют в виде компресса при **геморрое,** их прикладывают (можно в виде компресса) к голове при **головной боли, к ожогам, нарывам, ссадинам, ранам как регенерирующее и ранозаживляющее средство.**

Отвар листьев лопуха большого, собранных во время цветения, пьют как чай при **бородавках.**

При **воспалении молочных желез** полезно прикладывать к груди листья лопуха матовой стороной. Это средство следует также применять при отлучении от груди ребенка. Оно предохраняет грудь от затвердения и опасных очагов.

«Шпоры» пяточных костей рассасываются, если по утрам регулярно привязывать к подошвам свежий лист майского лопуха.

Александр СУКИЧ.
г.Гомель.

• 15 г травы настаивать 2 часа в 1 ст. кипятка в закрытой посуде, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3-5 раз в день за полчаса до еды.

• Спиртовую настойку пустырника (а также вместе с настойкой ландыша) *принимать по 20-30 капель с водой 2-3* раза в день за полчаса до еды.

• Сухие листья истолочь в порошок. Принимать по 0,5-1 г 4 раза в день до еды.

Синяк обыкновенный. Синяк успокаивающе действует на нервную систему, уменьшает судороги, вызывает отхаркивание мокроты при кашле и обладает антитоксическим действием.

Настой травы применяют при эпилепсии и укусах ядовитых змей.

В научной медицине настой травы используют как отхаркивающее и успокаивающее средство при кашле и особенно — коклюше.

Внутреннее применение синяка обыкновенного, как сильно ядовитого растения, требует большой осторожности.

Способ применения. 10 г травы настаивать 2-3 часа в 1 ст. воды, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день.

Спаржа лекарственная. Растение обладает мочегонным, слабительным, противовоспалительным, обезболивающим, кровоочистительным и успокаивающим действиями.

Настой и отвар корневищ с корнями принимают внутрь при ревматизме, болях в суставах, кожных заболеваниях (угрях, сыпях), водянке, воспалении мочевого пузыря и мочевых путей, при затрудненном мочеиспускании, болезнях почек и как успокаивающее при сердцебиениях и эпилепсии.

Способ применения. 3 ч. л. корневищ с корнями, молодых побегов или травы настаивать 2 часа в 1 ст. кипятка, процедить. Принимать по 1-2 ст. л. 3 раза в день.

(Окончание следует).

Ольга МАРКЕЛОВА,
биоэнерготерапевт,
г. Нижний Новгород.

кипятить 15-20 минут, настаивать 1 час и процедить. Принимать по 1 столовой ложке 3-4 раза в день до еды.

Отвар корней (из расчета 20 г на 200 мл воды) назначают по 0,5 *стакана 2-3 раза в день для* **стимулирования обмена веществ** и как **противовоспалительное средство при артритах, артрозах, суставном ревматизме, подагре.** В качестве **мочегонного отвар** показан при **почечнокаменной болезни.**

лишаях, фурункулезе), экссудативном диатезе, отеках, наличии **глистов.** Отваром корня моют два раза в неделю голову для **укрепления и улучшения роста волос.**

Отвар в виде компресса используют при экземах, дерматитах, кожных сыпях, сопровождающихся зудом (столовую ложку измельченного корня залить 2 стаканами кипятка, кипятить 30 минут, остудить, процедить).

Две столовые ложки сухих измельченных корней залить стаканом

больного от подмышек до щиколоток, накрыть сухой простыней и тонким шерстяным одеялом и зафиксировать их булавками. Длительность процедуры — 1-2 часа, а если больной уснул — до пробуждения. Проводят ее на ночь 1 раз в сутки. *Курс лечения — 6 дней. После однодневного перерыва лечение повторяют. На теле, очистившемся от экземы, должна появиться легкая сыпь,* которая через 1-2 дня исчезнет.

При **кожных заболеваниях** целесообразно использовать горячие

го, собранных во время цветения, пьют как чай при **бородавках.**

При **воспалении молочных желез** полезно прикладывать к груди листья лопуха матовой стороной. Это средство следует также применять при отлучении от груди ребенка. Оно предохраняет *грудь от затвердения и опасных очагов.*

«Шпоры» пяточных костей *рассасываются, если по утрам регулярно привязывать к подошвам свежий лист майского лопуха.*

Александр СУКАЧ,
г.Гомель.

Репешок — друг печени

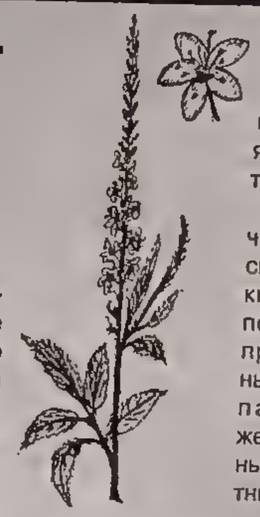
В Чехословакии очень широко используют в медицине препараты из репешка. Его выращивают на полях из семян или делением старых кустов. Хотелось бы подробнее узнать о его целебных свойствах. Говорят, его вытяжки помогают даже при лечении злокачественных опухолей. Растет ли он в Беларуси?

Нина ПРОКОПЧИК,
г.Минск.

В народе репешок обыкновенный (аптечный) называют — «сороканедужник». Это многолетнее ароматическое травянистое растение с высоким стеблем (до 1 м) и коротким толстым корневищем. Мелкие цветки золотисто-желтой окраски собраны в длинное колосовидное соцветие. В Беларуси встречается в светлых лесах, рощах, среди кустарников, вдоль заборов, дорог.

С лечебной целью собирают всю надземную часть (во время цветения), срезая стебель на высоте 10-15 см от земли. Иногда используют и корни.

Репешок содержит дубильные вещества, витамины К и группы В, а также фруктозу, сахарозу, глюкозу, кислоты (хинную, кремневую, лимонную, никотиновую, яблочную и т.д.) и многие другие биологи-



чески активные вещества.

Сушеная трава имеет аромат яблок и горьковатый вкус.

Установлено, что водные и спиртовые вытяжки из травы репешка обладают противомикробным, противовоспалительным, желче- и мочегонным, противоглистным действиями.

В народной медицине настои репешка применяют при лечении различных заболеваний печени (при гепатите, циррозе), желчевыводящих путей (холецистите, желчных камнях), желудка (язве, гастрите), кишечника (колите, полипозе, геморрое), а также селезенки, сердца, легких. Берут 2 ст. л. измельченной травы, заливают 0,5 л кипятка, настаивают 2-3 часа и употребляют весь объем жидкости за один день.

Замечено, что при употреблении такого настоя уменьшаются боли в суставах при ревматизме и ревматоидном артрите, утихают головные боли, боли при подагре. Отвар оказывается полезным при различных кровотечениях (маточном, носовом, легочном), при почечнокаменной болезни, недержании мочи, водянке.

Разнообразно используют отвары, настои, настойки при наружных заболеваниях в виде полосканий, примочек, компрессов, натираний. Их применяют при фурункулезе,

ушибах, ссадинах, сыпях, радикулите, ангине, насморке, раковых опухолях, плохо заживающих язвах.

В Германии применяют репешок в виде чая при заболевании желудочно-кишечного тракта, желчного пузыря. В Австрии используют все растение в виде отвара или порошка при спазмах вен, фурункулах. Во Франции отвар сухих листьев с добавлением меда рекомендуют использовать в виде полоскания горла преподавателям, проповедникам, дикторам и другим лицам, которым приходится много и долго говорить. Для этого 50 г листьев заливают 0,5 л горячей воды, упаривают на 1/3 объема, процеживают и добавляют липовый мед. Полоскать горло не менее 5-ти раз в день. В Болгарии настои и отвары репешка используют при ночном недержании мочи. Некоторые авторы рекомендуют компрессы в качестве местного средства при опухолях, вывихах, синяках. Для этого смешивают в равных количествах уксус, пшеничные отруби и измельченные сухие листья репешка.

Ванны для ног снимают усталость после больших переходов пешком. Свежие измельченные листья прикладывают к воспаленным участкам кожи, при сыпях. Заметим, что при использовании вытяжек, предназначенных для наружного применения, травы репешка надо брать в два раза больше, чем для внутреннего применения. И еще, при рвоте, тошноте, «подсасывании» в груди под «ложечкой», можно просто жевать сырую или сухую траву репешка (быстро наступает облегчение).

Вот какое полезное это растение.

Лидия НОВИЧИХИНА,
травовед-целитель,
г.Минск.

Вместо таблеток — травка

Однажды ко мне обратилась женщина, которая отдыхала в наших краях у своих родственников. У нее болела печень. Врачи утверждали, что болезнь печени у нее тяжелая, запущенная. Таблетки помогали мало. И она начала лечиться травами. Ко мне пришла, чтобы приобрести семена репешка. Я нарвала ей репешка не жалеючи. И вот в этом году получила от нее письмо из Казахстана со словами благодарности — помог репешок.

Кстати, последние исследования лечебных свойств репешка свидетельствуют о ярко выраженном психостимулирующем действии, напоминающем действие женьшеня, родиолы розовой, элеутерококка. Препараты репешка с успехом применяют не только при заболеваниях печени, но и при хронической усталости, депрессиях, упадке сил. Но, в отличие от женьшеня, репешок не повышает артериальное давление. Отвар готовят так: на 30 г травы берут 300 мл воды и кипятят, пока объем жидкости не уменьшится вдвое. Принимают по 1 ст.л. 3 раза в день, при кровотечениях — по 1 ст.л. через каждые 3 часа.

Галина ШКАЛИКОВА,
г. Лепель
Витебской обл.

Детские болезни

Он такой беспомощный!

Появление в доме новорожденного меняет весь уклад семьи и в буквальном смысле переворачивает дом вверх дном. Молодым родителям хочется устроить для него все как можно лучше. В то же время они постоянно мучаются сомнениями: хорошо ли этому непонятному существу? Не отвалятся ли у него головка, ручки, ножки, правильно ли они понимают его кряхтенье, жесты, гримасы? Предлагаем несколько простых советов для начинающих родителей.

Прежде всего, не бойтесь, что с ребенком случится что-то ужасное — он достаточно хорошо подготовлен к встрече с миром, хотя, конечно, ему требуются ваши внимание и любовь, чтобы как следует освоиться в нем. Берите малыша на руки совершенно спокойно, лишь слегка придерживая головку, которую он еще не научился держать самостоятельно. Помните, что он достаточно крепко «сшит» и не такой уж хрупкий, как это кажется на первый взгляд.

Не старайтесь сразу же понять и истолковать все движения и звуки, которые издает ребенок. Первое время координация его движений только устанавливается, он может весьма странно взмахивать ручками, невпопад морщиться или неритмично дышать — ничего страшного, его нормальные «земные» рефлексы постепенно придут в норму. Он довольно быстро научится подавать сигнал о том, что голоден, и тут уже не может быть двух мнений — пора кормить.

Некоторые родители боятся, что малыш замерзнет, и надевают ему на головку чепчик даже в теплой комнате, ставят кроватку около батареи. Этого делать нельзя. Организм грудного ребенка гораздо лучше адаптируется к холоду, чем к избытку тепла. Оптимальная температура в комнате в первый месяц жизни малыша — 21-22 град., позднее — 19-21. В более жаркой комнате у него быстро пересыхает слизистая оболочка носа, на ней могут появиться язвочки.

Самое первое время после возвращения из роддома ребенка на ночь лучше оставлять в комнате одного, но по соседству с комнатой родителей, чтобы они могли услышать звуки, которые он издает, когда просыпается. Но не нужно прислушиваться к каждому вздоху малыша и испуганно вскакивать несколько раз за ночь. Если нет возможности выделить малышу отдельную комнату, поставьте его кроватку недалеко от своей, но на некотором расстоянии. Ни в коем случае не стоит спать вместе с новорожденным младенцем.

Для ежедневного туалета младенца понадобится простерилизованное вазелиновое масло, стерильные тампоны и марля, кипяченая вода, ватные палочки, детская присыпка. Разместите все эти принадлежности на отдельном столике вместе с чистыми проглаженными пеленками. Не спешите в первый же месяц пользоваться памперсами — у многих детей они вызывают раздражение кожи.

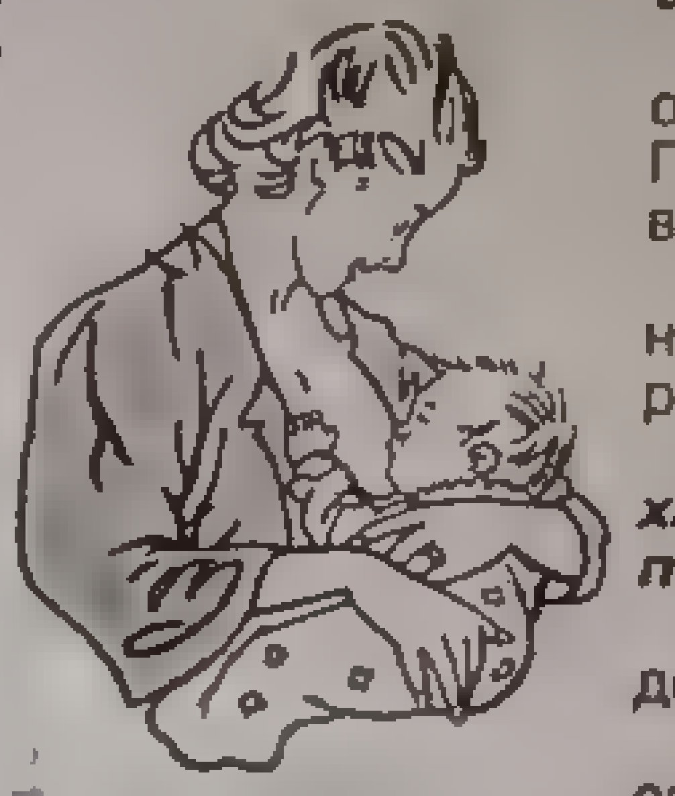
Излишне беспокойные родители взвешивают ребенка до и после кормления. Контролировать питание ребенка, конечно, нужно, но делать это ежедневно стоит только в том случае, если у матери мало молока. Если же «молочность» в норме, лучше не беспокоиться о каждом кормлении — ребенок высосет утром больше, днем чуть меньше, не суть важно — главное, чтобы он чувствовал себя хорошо. Насильственное докармливание из бутылочки приучает его к перееданию и с младенчества нарушает пищевой стереотип. Искусственное подкармливание должно быть введено в крайнем случае, оно всегда хуже для младенца, чем материнское молоко, и идти на этот компромисс можно только, если ситуация с материнским молоком совсем безвыходная.

Отговорим от всех болезней

«Одно другому не мешает», — часто говариваем мы по самым разным поводам. То же самое можно повторить и о лечении малых детей наговорами и заговорами. Тем более, если случилось так, что нет рядом медицинской помощи. Но помните: слова оказывают свое действие тогда, когда вы верите в то, что делаете, вкладываете в них всю свою энергию и любовь. Иначе вся ваша затея — баловство и дело пустое.

ЧАСТОЕ СРЫГИВАНИЕ. Наговаривают на молоко или водичку (но не на кисель!):

«Господи, помилуй, укрепи тело и дух... *(имя дитяти)*, ***укрой плащаницей своей, крылами ангела загороди. И охрани от всякой напасти. Во имя Отца и Сына, и Святого Духа. Аминь».*** А затем дают выпить наговоренную жидкость малышу после кормления. Если в течение трех дней средство не поможет, ищите другое.



ГРЫЖА ПУПОЧНАЯ. Иногда от сей напасти неплохо помогает шепоток. Не сильно обхватите ребенка обеими руками вокруг пупка (кольцом) и шепчите:

«Бабка-грызунья шла не по воде, не по дороге, не по болоту, не по снегу белу, не по младенцеву телу, а шла бы ты по змеиным тропам, по мышиным норам, по совиному крику, по медвежьему рыку. Иди с раба, с моего голубка, с породильного пупка. Во имя Отца и Сына, и Святого Духа. Аминь».

Повторяйте эту процедуру в течение 1-3-х месяцев 2 раза в день.

ГРЫЖА В ПАХУ. Ритуал простой: встают перед лежащим ребенком на колени и кусают нитку, приговаривая:

«Грызу грыжу, а ты, грызь, от дитя брысь! Иди не по крови, не по телу, а по сучьему делу. Как сказала, так тут и будет. Аминь».

В этом обряде большую роль играет ваше воображение. Нужно ясно представлять: вот грыжа на нитке висит. Вы ниточку кусаете и эту связь (нить — то, что связывает дитя с болезнью) перекусываете.

«ЦВЕТ» НА ДЕТЯХ. «Цветом» называли ранее мелкую красную сыпь на теле младенца. Чтобы она прошла, надо наговорить на воду такие слова:

«Как свеча в церкви тает, так и ты, болезнь, истай. Как заря на небо приходит и уходит, так и ты, хвороба, уйди с раба Божьего... *(имя дитяти)*. ***Аминь».***

После наговора следует обтереть этой водой малыша трижды. И так — по три раза в день ровно три дня.

ПОНОС. Во-первых, пока понос у ребенка не пройдет, мать должна ходить в головном платке, не снимая его. А уж во-вторых, идет наговор. Опустив фигу правой руки в чашку с водой, скажите:

«Фигой лечу, фигой отговариваю, твердым словом заговариваю. Что нарушилось в теле раба... *(имя ребенка)*, ***на место ставлю. Во имя Отца и Сына, и Святого Духа. Аминь».***

КОКЛЮШ. Зажгите 3 свечи. Прочтите над младенцем наговор 3 раза:

«Святой Петр, Святой Павел, Святой Кузьма, вы не кашляете, и раба... (имя дитяти) **пусть кашель не бьет, тело его кашлем не трясет. Ключ, замок, язык. Аминь, аминь».**

Прочли раз — свечи потушили. Зажгли снова, опять творите наговор, и третий раз точно так же. Повторяйте обряд утром, в два пополудни и в семь вечера, пока ребенок не станет здоровеньким.

КОРЬ. Бороться с нею заговорами трудно, но можно. Например, так. Стучат веником о порог и трижды говорят:

«Нет в этом доме кори и нет в этом доме хвори. Веником отметаю, дело на замок запираю. Аминь».

Выполняйте трижды да ёще по три раза в день.

НАГНОЕНИЕ ГЛАЗ. Ребенка кладут на руки самого старшего в семье. У больного глаза делают движения мизинцем правой руки, как бы счищая гной, и в это время шепчут тихо, чтобы другим не разобрать было ваших слов:

«Исцелите, девы, исцелите глаз во имя Отца и Сына, и Святого Духа. Те девы, что Христу за столом подавали, власами ему ноги вытирали, исцелите, девы, исцелите глаз раба Божьего... *(имя)*. ***Аминь».***

Если больны оба глаза, то эту процедуру проделывают с каждым глазом отдельно, повторив, таким образом, наговор дважды.

Условие: по выздоровлении ребенка мать его не должна хвастаться успехом. И, конечно, не стоит пренебрегать врачебной помощью, просто рассматривайте вышеприведенные наговоры как подспорье в лечении вашего ребенка.

Валентина НЯШИНА,
кандидат биологических наук.

И понос не страшен...

Тяжелым испытанием для родителей может стать понос у ребенка. Появляется он от недоброкачественной пищи и воды, несовместимости съеденных продуктов, перекармливания грудного ребенка, когда мать слишком часто дает грудь. Плохо помытые овощи, фрукты, совсем свежее коровье молоко при подкармливании ребенка также могут вызвать частый и жидкий стул. Если у ребенка водянистый стул, в кале появилась слизь, у него высокая температура, нужно немедленно вызвать врача. В других случаях полезно принять профилактические меры по борьбе с поносом.

● Старинный и прекрасно действующий рецепт: порошок из сухой пленки, покрывающей желудок курицы. Пленку хорошо промыть, высушить в духовке или на печи, измельчить. Хранить в баночке. Полезно всегда иметь этот целебный порошок в доме. Для одного приема достаточно на кончике перочинного ножа порошок высыпать в 1 ч. л. теплой кипяченой воды. При-

1 ч. л. измельченной кожуры залить 1 ст. крутого кипятка, настоять, укутав, 30 мин., процедить. Пить по 1 ч. л. несколько раз в день.

● 1 ст. л. сухих измельченных молодых веточек и плодоножек вишни залить 1 ст. кипятка, настоять, укутав, 3-4 часа, процедить. Давать пить ребенку по 1 ч. л. каждые 30-40 мин.

● 1 чашку промытого риса залить семью чашками воды и проварить на слабом огне до готовности риса. Отвар процедить через марлю и давать пить в теплом виде ребенку по 1/4-1/3 ст. каждые 2 часа.

● 1 ч. л. сухой измельченной травы тысячелистника залить 1 ст. кипятка, настоять, укутав, 30-40 мин., процедить. Принимать по 1-2 ч. л. каждый час.

● 1 ч. л. сухой измельченной кожуры плодов граната залить 1 ст. воды, довести до кипения, варить в закрытой посуде на слабом огне 10 мин., настоять, укутав, 2 часа, процедить, довести объем жидкости до исходного. Принимать: маленьким детям по 1 ч. л., взрослым — по 1 ст. л. 3 раза в день до еды. Полезно также давать ребенку пить гранатовый сок.

● При кровавом поносе полезен настой семян подорожника. 1 ст. л. семян залить 1 ст. крутого кипятка, настоять,

становить здоровую микрофлору кишечника. Для излечения полезно 3-4 раза в день пить сыворотку со щепоткой поваренной соли. Хорош и такой рецепт: 1 ч. л. обжаренного и измельченного в порошок риса смешать с 1 ст. сыворотки и давать ребенку по 1 ст. л. каждые 30 мин.

● Сок ягод и сами ягоды брусники полезны при гнилостном поносе. Либо можно приготовить настой из этого растения. 1 ст. л. сухих измельченных листьев брусники залить 1 ст. кипятка, варить в закрытой посуде на слабом огне 5 мин., настоять, укутав, 1 час, процедить. Принимать по 1 ст. л. 5-6 раз в день.

● Порошок сухих ягод ежевики смешать по вкусу с сахаром. Давать ребенку по 0,5 ч. л. 3 раза в день. Более полезны свежеистолченные сухие ягоды ежевики.

● Листья мяты — *безопасное, мягкое вяжущее* [illegible] для лечения поноса, тошноты, изжоги у детей. 1 ч. л. сухих измельченных листьев мяты залить 1 ст. кипятка, настоять в закрытой посуде на кипящей водяной бане 15

У моего ребенка часто без видимой причины идет из носа кровь. Подскажите, что нужно делать в таких случаях?

Г. АНДРЕЕВА.

Существует несколько простых способов остановки кровотечения из носа. Приложите тряпку, намоченную в холодной воде, или кубик льда, или просто бутылку из холодильника сзади на шею или ко лбу, или к верхней губе ребенка. Если у вас есть сосудосуживающие кап-

постепенно придут в норму. Он довольно быстро научится подавать сигнал о том, что голоден, и тут уже не может быть двух мнений — пора кормить.

Некоторые родители боятся, что искусственное подкармливание должно быть введено в крайнем случае, оно всегда хуже для младенца, чем материнское молоко, и идти на этот компромисс можно только, если ситуация с материнским молоком совсем безвыходная.

У моего ребенка часто без видимой причины идет из носа кровь. Подскажите, что нужно делать в таких случаях?

Г. АНДРЕЕВА.

Существует несколько простых способов остановки кровотечения из носа. Приложите тряпку, намоченную в холодной воде, или кубик льда, или просто бутылку из холодильника сзади на шею или ко лбу, или к верхней губе ребенка. Если у вас есть сосудосуживающие капли, намочите ими ватку и вложите в ноздрю. Если нет капель — подойдет раствор перекиси водорода. Иногда можно остановить сильное кровотечение, осторожно и медленно сжимая и разжимая ноздри в течение 10 мин. Если же, несмотря на все эти меры, кровотечение не прекратится, необходимо обратиться к врачу.

молоко при подкармливании ребенка также могут вызвать частый и жидкий стул. Если у ребенка водянистый стул, в кале появилась слизь, у него высокая температура, нужно немедленно вызвать врача. В других случаях полезно принять профилактические меры по борьбе с поносом.

● Старинный и прекрасно действующий рецепт: порошок из сухой пленки, покрывающей желудок курицы. Пленку хорошо промыть, высушить в духовке или на печи, измельчить. Хранить в баночке. Полезно всегда иметь этот целебный порошок в доме. Для одного приема достаточно на кончике перочинного ножа порошок высыпать в 1 ч. л. теплой кипяченой воды. Принимать несколько раз в день.

● Летом полезно заготовить кожуру зеленого грецкого ореха, измельчить, высушить в тени на воздухе или в теплом, проветриваемом помещении.

лом виде ребенку по 1/4-1/3 ст. каждые 2 часа.

● 1 ч. л. сухой измельченной травы тысячелистника залить 1 ст. кипятка, настоять, укутав, 30-40 мин., процедить. Принимать по 1-2 ч. л. каждый час.

● 1 ч. л. сухой измельченной кожуры плодов граната залить 1 ст. воды, довести до кипения, варить в закрытой посуде на слабом огне 10 мин., настоять, укутав, 2 часа, процедить, довести объем жидкости до исходного. Принимать: маленьким детям по 1 ч. л., взрослым — по 1 ст. л. 3 раза в день до еды. Полезно также давать ребенку пить гранатовый сок.

● При кровавом поносе полезен настой семян подорожника. 1 ст. л. семян залить 1 ст. крутого кипятка, настоять, укутав, 7-8 часов, процедить. Начинать пить утром по 1/4 ст. каждые 30 мин., запивая 1/4 ст. терпимо горячей воды.

● Молочная сыворотка — одно из наиболее эффективных домашних средств при поносе. Она помогает вос-

ки залить 1 ст. кипятка, варить в закрытой посуде на слабом огне 5 мин., настоять, укутав, 1 час, процедить. Принимать по 1 ст. л. 5-6 раз в день.

● Порошок сухих ягод ежевики смешать по вкусу с сахаром. Давать ребенку по 0,5 ч. л. 3 раза в день. Более полезны свежеистолченные сухие ягоды ежевики.

● Листья мяты — безопасное, мягкое вяжущее средство, хорошее для лечения поноса, тошноты, изжоги у детей. 1 ч. л. сухих измельченных листьев мяты залить 1 ст. кипятка, настоять в закрытой посуде на кипящей водяной бане 15 мин., охладить при комнатной температуре 45 мин., процедить. Пить небольшими глотками в течение дня.

Николай ДАНИКОВ, фитотерапевт. «Тайная власть».

Если вы «засветились»

В настоящее время наибольшую опасность для здоровья представляет собой так называемое внутреннее облучение, возникающее при попадании в наш организм радионуклидов вместе с продуктами питания, которые затем активно включаются в процессы обмена и частично надолго оседают в тканях и органах.

Основными поставщиками радионуклидов являются на сегодняшний день грибы, говядина, молоко, немытые овощи и фрукты.

Особое внимание хочу обратить на говядину. Учитывая то обстоятельство, что в Беларуси преобладает молочно-мясное направление, то на прилавки магазинов, в основном, попадает мясо от коров, появившихся на свет как раз в период аварии на ЧАЭС и в полной мере успевших вкусить травки, обильно сдобренной радионуклидами. Попавший же в организм животных радиоактивный цезий практически пожизненно оседает в их костях.

Предельно осторожными надо быть и при употреблении грибов. Наибольшую опасность представляют, так называемые, грибы-аккумуляторы радионуклидов — маслёнок осенний, моховик, польский гриб, рыжик. От их сбора и употребления в зонах даже с минимальным загрязнением радионуклидами лучше вообще отказаться.

В то же время существует целый ряд продуктов питания, обладающих сильным радиозащитным свойством за счет повышенного содержания в них серы. Это все виды капусты, репчатый лук, петрушка, листовая горчица, рыба, яйца.

Существенную роль в процессах выведения радионуклидов из организма играют яблоки и бобовые. Первые из них содержат значительное количество пектина, а вторые — фитиновую кислоту. Оба эти соединения способны связывать и выводить радионуклиды.

Хорошо восстанавливает «смятое» излучением биополе и функцию клеток цветочная пыльца с медом, вино «Кагор» или «Каберне», подогретое до 70-80 град. с добавлением меда и имбиря. Интенсивно очищает организм от вредных шлаков сок красной свеклы.

Цветки весенних деревьев, кустарников и вообще любые весенние цветки, на которые садится пчела, прекрасно восстанавливают иммунную систему организма и могут быть использованы при лечении онкологических заболеваний. Не потому ли таким целебным считают майский мед, собранный пчелами ранней весной?

Александр ЛЕЩЕНКО, врач, академический советник БИА.

Защитимся от радиации

Большую помощь в повышении сопротивляемости организма воздействию радиации могут оказать продукты пчеловодства — мед, пыльца-обножка или перга, маточное молочко, прополис. В них сочетаются питательные и биологически активные вещества. В меде и перге, например, сконцентрировано все самое ценное, что есть в растении, плюс ряд физиологически активных веществ, вырабатываемых самой пчелой. Особенно действенно использование меда, перги, маточного молочка и прополиса в сочетании с адаптогенными растениями.

При воздействии повышенных доз радиации хорошо принимать по одной столовой ложке меда, растворяя его в стакане теплой воды, три-четыре раза в день. Пыльцу-обножку (а также пергу) следует принимать по половине чайной ложки два-три раза в день. Препарат маточного молочка «Апилак» нужно держать по одной таблетке под языком до полного растворения, суточная доза — три таблетки (в одной таблетке содержится 0,01 г маточного молочка). Что касается прополиса, то можно рекомендовать прием его 10%-ного спиртового экстракта: по 20-30 капель в 50 мл кипяченой воды три раза в день.

Рецепты напитков, повышающих устойчивость к радиации.

● Три столовых ложки сухих растолченных плодов шиповника залить 0,5 л кипяченой воды, довести до кипения, настоять 2-3 часа, процедить и пить по 0,5 ст. отвара, предварительно растворив в нем 1 ч. л. меда, 3-4 раза в день.

● Взять по одному стакану сушеных яблок и овса, перебрать их и промыть. Затем залить кипяченой водой комнатной температуры, довести до кипения, поставить на четыре-пять часов в теплое место, после чего процедить, добавить по вкусу мед и пить теплым по половине стакана три-четыре раза в день как общеукрепляющее и противорадиационное средство.

А. СИНЯКОВ, доктор медицинских наук, профессор, член-корреспондент Международной Академии информатизации при ООН.

Рецепт моей бабушки

После химиотерапии в марте этого года вылезли все волосы, до единого. Я смешивала 1 желток яйца, 1 ч. л. меда, 1 ст. л. тертой редьки, наносила эту смесь на ночь на кожу головы, а утром смывала, но не с мылом, а с PH5,5 (можно — любыми шампунями компаний Yason, Nutri Plus). Делала это 2-3 раза в неделю. Волосы отросли.

Можно воспользоваться рецептом моей бабушки. Заквасить сырую свеклу (натереть на терке или мелко нарезать, залить кипяченой водой и ждать, пока не закиснет). Сквашенным соком свеклы натереть голову, затем смыть.

Полезно также смазывать на ночь кожу головы сывороткой, кумысом, как это делают женщины в Средней Азии, соком лука, кашицей лопуха.

Нина ПАНТУС, г.Минск.

Для укрепления волос

Смешать 10 г коньяка, 40 г процеженного лукового сока и 50 г отвара корней лопуха (готовить в соотношении 1:10). Полученную смесь втереть в кожу головы, обвязать голову полотенцем, оставить маску на 2 часа, после этого вымыть голову. Процедуру проводить ежедневно.

Следующий номер выйдет 17 ноября

"ДОМАШНИЙ ДОКТОР"
Выходит 2 раза в месяц.
Редактор
Татьяна САНЧУК
Тел./факс 32-71-36.
Учредитель — редакция газеты "Толока"
Свидетельство о регистрации № 33
ИНДЕКС 63247
АДРЕС РЕДАКЦИИ:
212030 г.Могилев, ул.Первомайская, 89, Дом печати, ком.77,79,79а
Адрес редакции в России:
214001 г. Смоленск, ул. Кашена, 1, комн. 608, тел. 2-06-65.
Для писем:
214001
г.Смоленск-1, а/я 7
Цена свободная
Подписано в печать 18.10.1999 г.
Время подписания в печать 16.00
Тираж 294585 экз.
2-й завод 167466-282265 экз.
отпечатан в ГУП Смоленский полиграфический комбинат (214020 г. Смоленск, ул. Смольянинова, д.1).
Заказ № 8182.
Газета набрана и сверстана в компьютерном центре «Домашней газеты "Толока"».
E-mail:
toloka@mail.telecom.mogilev.by
Издается с марта 1996 г.

Три вида земледельческого календаря на 1–15 июня

Стр. 2

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ Мир НОВОСТЕЙ

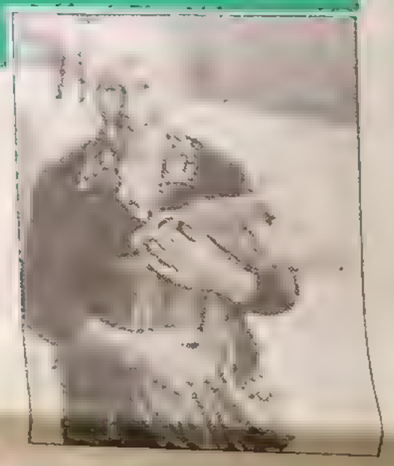
Мир САДОВОДА

№6, июнь 1999 г.

Если мороз погубил картофельные всходы – это можно исправить!

Стр. 4

А У НАС ВО ДВОРЕ



КАК ВОСПИТАТЬ ПОРОСЕНКА

Стр. 6

СОВЕТЫ ВРАЧА

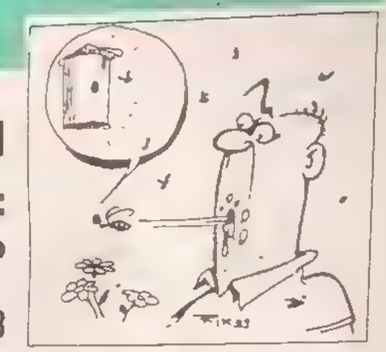
Картофельные всходы это можно исправить!

Стр. 4

КАК ВОСПИТАТЬ ПОРОСЕНКА

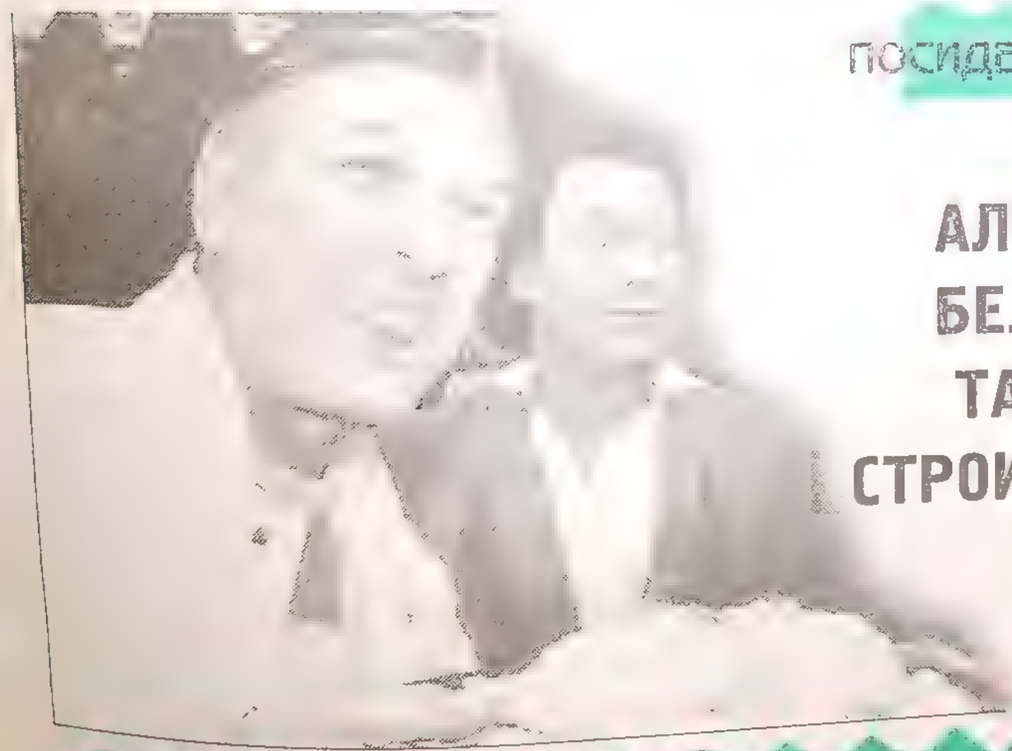
Стр. 6

СОВЕТЫ ВРАЧА



АЛЛЕРГИЯ НА ПЧЕЛИНЫЙ ЯД: ЧТО ДЕЛАТЬ?

Стр. 8



ПОСИДЕЛКИ

ПОЧЕМУ АЛЕКСАНДР БЕЛЯВСКИЙ ТАК ДОЛГО СТРОИТ ДАЧУ?

Стр. 11

БОЛЬШИЕ ДЕЛА МАЛЕНЬКИХ ДАЧНИКОВ

Стр. 8

Фото Б. Чудинова

ЗЕМЛЕДЕЛЬЧЕСКИЙ КАЛЕНДАРЬ

О работах в саду и огороде на первую половину июня в соответствии с научной практикой, фазами луны и народными приметами напоминает агроном-садовод А.Куленкамп

В начале июня отмечается активный рост плодовых и ягодных растений. В это время они особенно нуждаются в воде и питательных веществах, а потому очень важны своевременный полив и подкормка их азотными удобрениями. Особенно это касается земляники. Отметим, что внекорневая подкормка мочевиной для садовой земляники особенно эффективна (30 г на ведро воды).

Сорняки в саду в этот период совершенно недопустимы: они иссушают почву, обедняют ее, служат убежищем для всевозможных вредителей. Черный пар между растениями земляники, под кустами смородины и в междурядьях плодовых деревьев – лучший способ содержания почвы в саду.

В июне становятся хорошо заметны следы работы вредителей: свертываются молодые листочки смородины, яблони и груши (особенно на верхушках побегов), появляются бурые, красноватые и серые пятнышки на листьях. Это сигнал о неблагополучии в саду: нужно применять комбинированные составы ядохимикатов, губящие одновременно листогрызущих пильщиков, гусениц, тлей, клещей, а также предупреждающие развитие грибковых болезней. Лучшим средством является 1%-я бордосская жидкость с добавкой ядохимикатов против вредителей.

Не дожидаясь естественного опадания завязи, проведите прореживание плодов, оставляя самые лучшие (из расчета 1 плод на 50–60 листьев). Опадающую завязь нужно обязательно удалить из сада.

Проверьте весенние прививки: ослабьте обвязку, удалите дикую поросль на переприививтых ветках, подвяжите молодые побеги к шипикам. В это время окучивают отводки у ягодников, прищипывают молодые побеги у смородины, пораженные тлей.

В начале июня приступают к посадке томатов в открытый грунт. Делается это, если прогноз погоды не предвещает заморозки или длительное понижение температуры. Посадки производят вечером в обильно политые водой лунки. Схема посадки 100–120 см между рядами и 30–40 см в ряду между растениями. Сразу же после посадки междурядья рыхлят и закрывают темной пленкой, кусками толя, рубероида, что утепляет почву, сохраняет влагу и затрудняет рост сорняков.

Проводят последний посев огурцов на грядках, заправленных навозом, сразу же укрывая их легкой пленкой (что гарантирует получение дружных всходов). Ранее посеянные огурцы прореживают, так как загущенные посадки снижают урожай. В пленочных теплицах рассаду огурцов высаживают из расчета 2–3 шт. на м^2. Схема посадки в открытый грунт двустрочная: между рядами 50 см, между грядками 90–100 см и 15–20 см между растениями.

Заканчивают уборку раннего редиса и других зеленых культур, освобождая место для скороспелой овощной фасоли и рассады среднеспелой белокочанной капусты. В это время сеют редьку и морковь, предназначенные для зимнего хранения.

В этом номере по многочисленным просьбам читателей мы начинаем регулярно публиковать лунный календарь, появляющийся в рубрике «Фазенда» газеты «Мир новостей». А в общем: по науке, в соответствии с фазами луны или согласно народным приметам – лишь бы урожай был хороший!

КУЛЬТУРА	Обработка почвы	Внесение удобрений	Посев, посадка	Полив	Борьба с вредителями и болезнями
	ОПТИМАЛЬНЫЕ ДНИ ДЛЯ РАБОТЫ НА ОГОРОДЕ				
Огурцы, кабачки	1, 3	2, 5	3, 6	6, 15	5, 15
Томаты, перцы	2, 3	3, 5	5, 6	5, 14	6, 15
Свекла, редька	3, 5	5, 6	6, 7	6, 14	5, 14
Лук, чеснок	3, 11	5, 12	-	5, 12	7, 15
Капуста кочанная, цветная, брокколи, кольраби	1, 3	2, 5	3, 6	5, 12	7, 14
Картофель	2, 6	3, 7	5, 8	6, 15	5, 14
Горох, фасоль	5, 6	6, 7	7, 8	7, 8	8, 15

ФАЗЫ ЛУНЫ	8 час. 20 мин. 7/VI	23 час. 03 мин. 13/VI	22 час. 13 мин. 20/VI	1 час. 38 мин. 29/VI

КУЛЬТУРА	Обработка почвы	Внесение удобрений	Посадка с поливом	Борьба с сорняками	Борьба с вредителями и болезнями
	ОПТИМАЛЬНЫЕ ДНИ ДЛЯ РАБОТЫ В САДУ				

ЧТО ДЕНЬ ИЮНЬСКИЙ НАМ ГОТОВИТ?..

Времена меняются, а народные приметы, проверенные веками, по-прежнему в цене. Гидрометцентр с прогнозом обмишурился, так, может быть, приметливость предков поможет? Да и говорят приметы всегда о самом главном: о погоде, об урожае, о дождике в четверг и солнышке в субботу...

1 июня – Иван-долгий, тот день, когда по всем приметам продолжают сеять огурцы. В старину примечали, что третий день подряд поминаются: «Льны - Алене, *огурцы – Константину*». В деревнях *делали так: приходили* кивали ногой в свой огород старый лапоть и бросали его в огурцы, приговаривая: «Как густо сей лапоть плелся так чтобы и огурцы мои плелись». Говорят, помогало. Вот только где, по нынешним временам, лапоть найти?

7 июня – Иванов день. В деревнях производилась главная посадка капусты, а большая роса утром свидетельствовала о хороших видах на урожай.

Томаты, перцы	2, 5	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
Свекла, редька	3, 5	5, 6	6, 7	6, 14	5, 14
Лук, чеснок	3, 11	5, 12	-	5, 12	7, 15
Капуста кочанная, цветная, брокколи, кольраби	1, 3	2, 5	3, 6	5, 12	7, 14
Картофель	2, 6	3, 7	5, 8	6, 15	5, 14
Горох, фасоль	5, 6	6, 7	7, 8	7, 8	8, 15
ФАЗЫ ЛУНЫ	8 час. 20 мин. 7/VI	23 час. 03 мин. 13/VI	22 час. 13 мин. 20/VI	1 час. 38 мин. 29/VI	
КУЛЬТУРА	Обработка почвы	Внесение удобрений	Посадка с поливом	Борьба с сорняками	Борьба с вредителями и болезнями
	ОПТИМАЛЬНЫЕ ДНИ ДЛЯ РАБОТЫ В САДУ				
Яблоня, груша	3, 5	5, 6	6, 7*	3, 14	5, 15
Вишня, слива	1, 2	3, 5	5, 6*	2, 12	3, 14
Крыжовник, смородина	1, 2	2, 3	3, 5*	3, 12	5, 14
Малина, ежевика	2, 5	3, 6	5, 7*	5, 15	6, 15
Земляника	5, 6	6, 7	8, 9*	6, 15	5, 14

Неблагоприятные дни для работы **4,13** июня.
* Растения с закрытой корневой системой (в горшочках)

ЧТО ДЕНЬ ЛЮБЕЗНЫЙ НАМ ГОТОВИТ?..

Времена меняются, а народные приметы, проверенные веками, по-прежнему в цене. Гидрометцентр с прогнозом обмишурился, так, может быть, приметливость предков поможет? Да и говорят приметы всегда о самом главном: о погоде, об урожае, о дождике в четверг и солнышке в субботу...

1 июня – Иван-долгий, тот день, когда по всем приметам продолжают сеять огурцы. В старину примечали, что если первые два дня июня льет дождь, то весь остальной месяц – сухо. И еще: если в этот день вороны садились клювами в одну сторону – быть сильному ветру.

2 июня – Фалалей-огуречник. «Пришел Фалалей – досевай огурцы поскорей». И еще об огурцах: множество шишек на елях – к урожаю.

3 июня – Константин и Елена. В этот день все основные приметы о льне, гречихе, ячмене, но и огурцы третий день подряд поминаются: «Льны – Алене, огурцы – Константину». В деревнях делали так: приволакивали ногой в свой огород старый лапоть и бросали его в огурцы, приговаривая: «Как густо сей лапоть плелся, так чтобы и огурцы мои плелись». Говорят, помогало. Вот только где, по нынешним временам, лапоть найти?

7 июня – Иванов день. В деревнях производилась главная посадка капусты, а большая роса утром свидетельствовала о хороших видах на урожай.

12 июня – Исаакий. В этот день было принято сажать бобы. А раз принято – зачем противиться, возьмите и тоже посадите!

13 июня – Еремей-распрягальник, повесь сетево. Сетево – это такое лукошко, из которого семена при себе разбрасывали. А повесить его надо было потому, что всякий сев в этот день кончался. А еще если в этот день кукушка кукует, то хорошая погода будет.

СПРОСИТЕ ЮРИСТА

МОЕ ИЛИ НЕ МОЕ?

Андрей Королев, Москва: «Мой садовый участок приватизирован. Имею ли я право выйти из садоводческого товарищества, и что для этого нужно?»

По российскому законодательству садоводческое товарищество относится к числу потребительских кооперативов, наиболее общие правила о правовом положении которых содержатся в ст. 116, п. 4 ст. 218 ГК РФ. Единственным учредительным и основным внутренним нормативным документом садоводческого товарищества является его устав. В нем обязательно должны содержаться положения, регламентирующие выход из членов товарищества. Скорее всего, эти вопросы решаются общим собранием членов кооператива. Чтобы выйти из товарищества, вам нужно прежде всего написать соответствующее заявление на имя председателя, который вынесет вопрос на общее собрание. Одновременно собрание должно решить вопросы о предоставлении вам услуг по использованию дорог, систем водо- и электроснабжения и прочих объектов и средств, принадлежащих товариществу. Решение собрания оформляется протоколом, который подписывается председателем и секретарем собрания, заверяется печатью товарищества и постоянно хранится в его делах. В том случае, если собрание даст согласие на ваш выход из товарищества, вам должны быть возвращены целевые взносы, на водо- и электроснабжение, газификацию, прокладку дорог и строительство ограждений. Вам не будут возвращены вступительный взнос и платежи на содержание работников, нанятых товариществом, на культурные мероприятия, на ремонт хозпостроек, на пользование водой и электричеством. Земельный налог вы, безусловно, будете платить сами. И кроме того, сами будете платить налог на имущество (дома, строения, помещения, сооружения).

БИОТУАЛЕТ – АГРЕССИВНЕЙ НАПАЛМА!

Прелести дачной жизни портят «удобства на дворе». И сколько ни совершенствуй устройство будки, превратить ее в цивилизованный городской клозет невозможно. На помощь дачникам пришли биотуалеты. Обладая неплохим дизайном и относительной герметичностью, они способны максимально приблизить условия к городским.

Архитектура биотуалетов типична. В верхнюю часть заливают ароматизатор, используемый для смыва, в нижнюю – волшебную смесь, превращающую экскременты в жидкость неопределенного состава и консистенции. Определение «волшебная» я употребил без тени иронии. Ведь кал – субстанция сложная, содержащая не только белки, жиры, углеводы и их осколки, но и всю органическую химию. И быстро превратить его в нечто абстрактное – задача архисложная.

Знакомство с волшебной жидкостью охладило мой восторг. Загадка туалетной химии оказалась на удивление простой – жидкость состояла из формальдегида и метанола. Такая гремучая смесь может перемолоть все что угодно, в том числе и растительность на ваших шести сотках.

В Московском центре санэпиднадзора мои опасения не развеяли. Специалисты, занимающиеся вопросами сертификации биотуалетов, отметили, что утилизация того, что было экскрементами, представляет серьезную экологическую проблему. Выносить их в компост или выливать на поля не стоит. Лучше бы, если содержимое биотуалетов поступало в канализацию. Но как это сделать на даче? Конечно, можно представить себе добропорядочного голландца, везущего с дачи содержимое биотуалета в городской клозет. Но то, что голландцу запросто, русскому смерть. Так что, уважаемые господа, лучше всего для захоронения использованной чудо-жидкости выкопайте «могилку» где-нибудь за оградой. Подальше.

Александр ТЕЛЕГИН

Общеизвестно, что для внесения минеральных и органических удобрений оптимальными сроками являются весна и осень, когда производится планомерная перекопка земли. Но среди удобрений есть и такие, которые можно (и нужно) вносить летом, как корневую подкормку для подмоги растениям в период появления завязей и ожидания урожая.

ЛЕТНИЕ УДОБРЕНИЯ

Жидкие органические подкормки – навозная жижа, раствор коровяка и птичьего помета – можно вносить в течение всей вегетации.

Во второй половине вегетации, когда созревают плоды и ягоды, дополнительно к органической подкормке вносят **фосфорные удобрения** – суперфосфат и двойной суперфосфат. Суперфосфат при этом используют в виде настоя, который готовят в течение 2–3 суток. Перед употреблением настой осторожно сливают (осадок – в компостную кучу), а удобрение используют из расчета 50–100 г на 1 м^2 (при употреблении простого суперфосфата дозу удваивают).

Из **сложных удобрений** в момент завязывания плодов под все овощные культуры рекомендуется внесение раствора **калийной селитры** (30–40 г на 10 л воды).

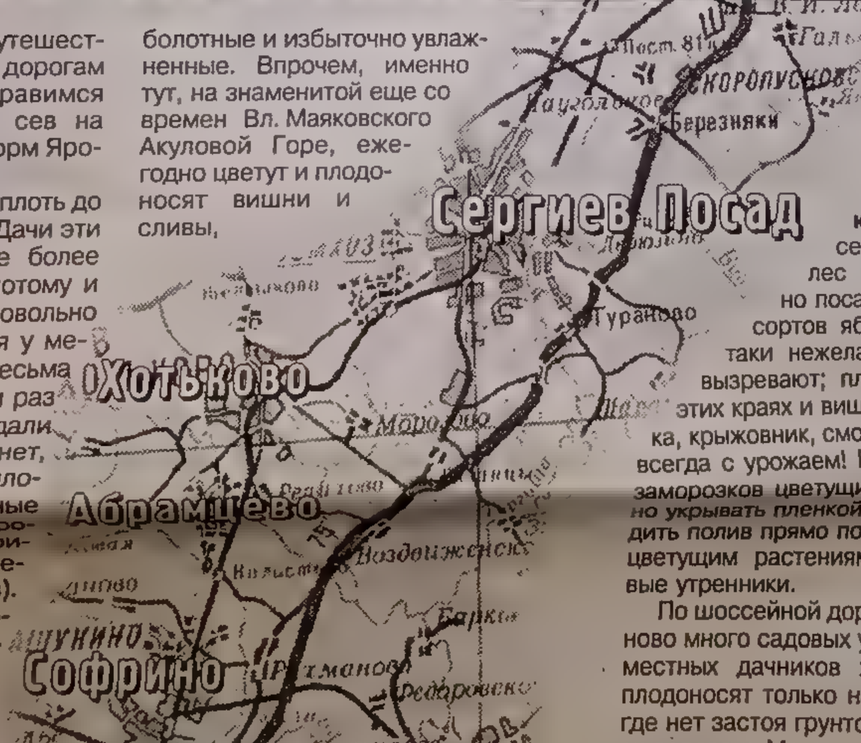
Почему, говоря о садоводстве, мы начинаем разговор с леса? Потому что состав лесной чащи – это прежде всего характеристика местных почв. Там, где растут дуб, клен и липа, хорошо будет и яблоне со сливой, а где царствует сосна – неплохо чувствует себя груша... Ну а сумрачное царство елей, облюбовавших дерново-подзолистые почвы по Ярославской железной дороге, обещает удачу только в выращивании ягодников и овощей, да и то при укрытии в мае, во время цветения, пленкой...

В ЦАРСТВЕ ЕЛОВЫХ ЛЕСОВ И ДРЕМУЧИХ ПАПОРОТНИКОВ

Продолжая наше путешествие по железным дорогам Подмосковья, отправимся на север области, сев на электричку на одной из платформ Ярославского вокзала столицы.

Все ближнее Подмосковье вплоть до г. Пушкино застроено дачами. Дачи эти в основном старые, имеющие более чем полувековую историю, а потому и сады местные, как правило, довольно запущенные. Плодовые деревья у местных старожилов достигли весьма преклонного возраста и не один раз за последние десятилетия страдали от суровых зим. Груш тут почти нет, но на возвышенных участках неплохо плодоносят сливы, да и ягодные кустарники всегда с хорошим урожаем (если хозяева успеют прикрыть их во время цветения от неизбежных весенних заморозков). Почвы тут в основном дерново-подзолистые, средне- и тяжелосуглинистые, а в пойме и на террасах рек Клязьмы и Учи – аллювиальные, часто оглеенные.

Едва боковой ветки в сто болотные и избыточно увлажненные. Впрочем, именно тут, на знаменитой еще со времен Вл. Маяковского Акуловой Горе, ежегодно цветут и плодоносят вишни и сливы,



сейной дороги на Орехово-Зуево садовые участки расположены на относительно высоких отметках. С севера их защищают лес и возвышенности, но посадки теплолюбивых сортов яблонь и груш все-таки нежелательны – они не вызревают; плохо плодоносит в этих краях и вишня. А вот земляника, крыжовник, смородина и малина – всегда с урожаем! Во время весенних заморозков цветущие кустарники нужно укрывать пленкой, а ночью производить полив прямо по ней, что помогает цветущим растениям пережить суровые утренники.

По шоссейной дороге на Константиново много садовых участков. Яблони у местных дачников хорошо растут и плодоносят только на склонах холмов, где нет застоя грунтовых вод. К западу от деревень Мехово и Сахарово растет

САД И ЗДОРОВЬЕ

РАБОТА НА ДАЧЕ ПРОДЛЕВАЕТ ЖИЗНЬ

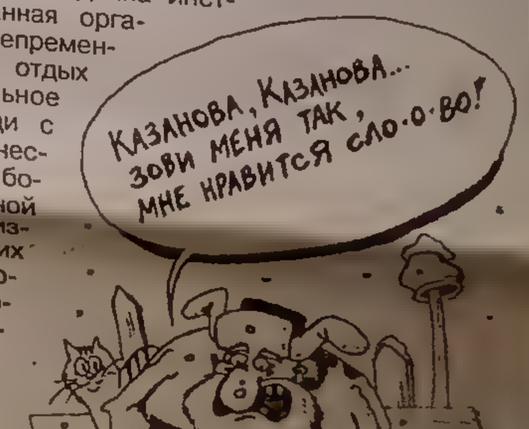
В разгаре садово-огородный сезон, хобби тех, кто хочет сохранить здоровье. Неторопливые хлопоты на земле приносят счастье долголетней и полноценной жизни. Они особенно полезны тем, кто страдает нарушениями работы сердечно-сосудистой системы. Многие, кто мучался частыми головными болями, полностью забывают об этом, находясь за городом. Там совсем другая энергетика. Нежный вид растений успокаивает издерганную психику, расслабляет зажатые мышцы.

Регулярная работа в саду при любой погоде закаливает органы дыхания и снижает податливость к инфекции. Наконец, заботы огородника являются мощным фактором сдерживания процесса старения. Менее драматичен оказывается и переход от полной профессиональной активности к некоторым возрастным ограничениям. Удается даже противостоять дистрофии мышц у тех, кто не признает специальных физических упражнений. Еще это помогает сбросить избыточный вес, а улучшение диеты плодами сельского труда играет благодатную роль в профилактике склероза и опухолей. Не менее важны психические аспекты физической активности на природе. Они отдаляют стресс сомнений, порождают туповатый оптимизм незатейливого бытия и в этом смысле играют незаменимую роль терапии нервной системы.

Но, как всякая работа, любительское земледелие требует разумного подхода к распределению сил. Они у всех различны. Каждый имеет слабые места, которые не выдержат перегрузки. Поэтому важно умело сопрягать жажду деятельности с реальными возможностями.

Хорошо подобранная длина инструментов, продуманная организация труда и непременные перерывы на отдых обеспечат нормальное самочувствие. Люди с ослабленным физическим стереотипом и болезнями кровеносной системы должны избегать физических усилий, которые могут обострить недомогание. Это особенно важно при варикозном расширении вен.

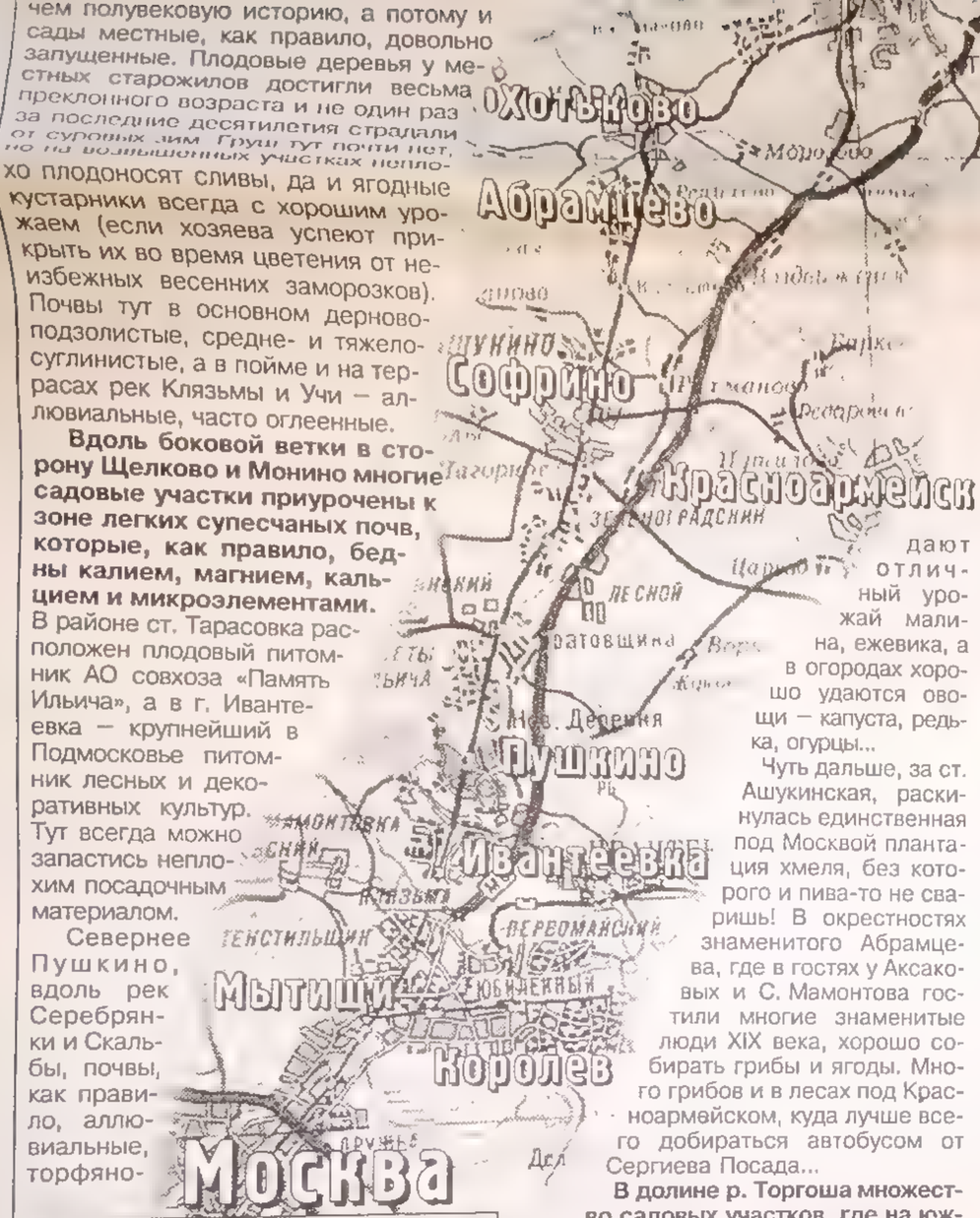
Работа не долж-



чем полувековую историю, а потому и сады местные, как правило, довольно запущенные. Плодовые деревья у местных старожилов достигли весьма преклонного возраста и не один раз за последние десятилетия страдали от суровых зим. Груш тут почти нет, но на возвышенных участках неплохо плодоносят сливы, да и ягодные кустарники всегда с хорошим урожаем (если хозяева успеют прикрыть их во время цветения от неизбежных весенних заморозков). Почвы тут в основном дерново-подзолистые, средне- и тяжелосуглинистые, а в пойме и на террасах рек Клязьмы и Учи – аллювиальные, часто оглеенные.

Вдоль боковой ветки в сторону Щелково и Монино многие садовые участки приурочены к зоне легких супесчаных почв, которые, как правило, бедны калием, магнием, кальцием и микроэлементами. В районе ст. Тарасовка расположен плодовый питомник АО совхоза «Память Ильича», а в г. Ивантеевка – крупнейший в Подмосковье питомник лесных и декоративных культур. Тут всегда можно запастись неплохим посадочным материалом.

Севернее Пушкино, вдоль рек Серебрянки и Скальбы, почвы, как правило, аллювиальные, торфяно-



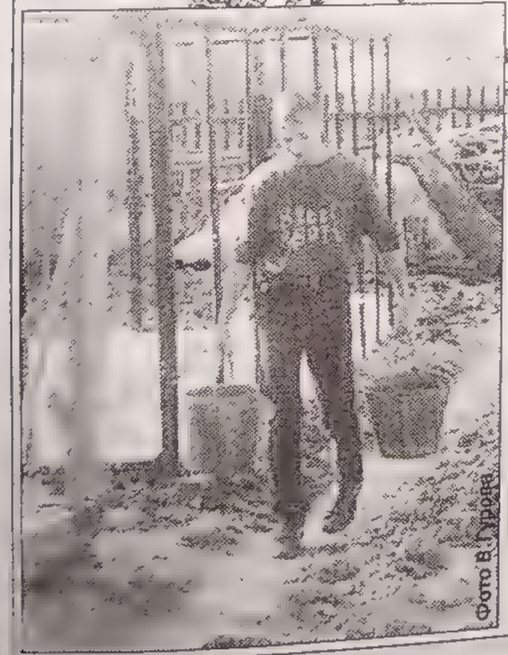


Фото В. Гурова

дают отличный урожай малина, ежевика, а в огородах хорошо удаются овощи – капуста, редька, огурцы...

Чуть дальше, за ст. Ашукинская, раскинулась единственная под Москвой плантация хмеля, без которого и пива-то не сваришь! В окрестностях знаменитого Абрамцева, где в гостях у Аксаковых и С. Мамонтова гостили многие знаменитые люди XIX века, хорошо собирать грибы и ягоды. Много грибов и в лесах под Красноармейском, куда лучше всего добираться автобусом от Сергиева Посада...

В долине р. Торгоша множество садовых участков, где на южных склонах при хорошем воздушном дренаже цветут и плодоносят не только яблоня и слива, но и вишня. Но основная масса садовых участков расположилась к западу от ст. Семхоз и г. Сергиев Посад. Почвы в этой местности представлены моренными суглинками и глинами, тяжелыми по составу и сильно переувлажненными. Они нуждаются во внимании и коренном улучшении; тут необходимы хороший дренаж и устройство нагорных канав для сбора воды с вышерасположенных лесных массивов. Почвы требуют пескования (20–30 кг на каждый м^2); внесения больших доз навоза и торфа (10–15 кг на м^2). Осенью обязательно нужно проводить известкование, вносится через год по 50–60 кг извести на каждую сотку...

К востоку от Сергиева Посада, между озерами Торбеевским и Нововоскресенским, вдоль шос- лес и возвышенности, но посадки теплолюбивых сортов яблонь и груш все-таки нежелательны – они не вызревают; плохо плодоносит в этих краях и вишня. А вот земляника, крыжовник, смородина и малина – всегда с урожаем! Во время весенних заморозков цветущие кустарники нужно укрывать пленкой, а ночью производить полив прямо по ней, что помогает цветущим растениям пережить суровые утренники.

По шоссейной дороге на Константиново много садовых участков. Яблони у местных дачников хорошо растут и плодоносят только на склонах холмов, где нет застоя грунтовых вод. К западу от деревень Мехово и Сахарово растет смешанный лес, богатый грибами и ягодами. Это одно из любимых мест «тихой охоты» для жителей Сергиева Посада. А за р. Дубна, влево от с. Селково, раскинулись знаменитые клюквенные болота, привлекающие многих любителей этой осенней ягоды...

Хотелось бы дать несколько общих рекомендаций для любителей сада и огорода, участки которых расположены вдоль Северной железной дороги. Это направление весьма скупо на тепло, а потому сажайте и выращивайте только те сорта, которые наиболее приспособлены к суровым климатическим условиям. Это в основном яблони старорусских сортов: Антоновка обыкновенная, Грушовка московская, Папировка, Штрейфлинг, Коричное полосатое, а также сорта канадской селекции – Мелба и Уэлси. Яблони лучше всего прививать на штамбо– и скелетообразователи, то есть в крону дичков или на морозостойкие подвои типа Китайки Санинской, Долго и Шарапая.

Груши можно выращивать только на супесчаных, песчаных и легко-суглинистых почвах; на склонах западной и юго-западной экспозиции. Лучше всего их прививать на культурную рябину, но можно использовать в качестве подвоя и обычную лесную рябину, пересаженную с комом земли в стандартную посадочную яму (о технологии такой прививки «МС» писал в № 4 в статье «Породним грушу с рябиной»).

На пойменных землях малых речек можно выращивать некоторые сорта капусты, районированные для Центрального района: Слава 1305, Белорусская 455 и другие. Теплолюбивые огурцы и томаты дадут урожай только в тепличках или парниках, под пленочным укрытием. Огурцы требуют обязательного внесения навоза для создания теплой посадочной грядки.

Вот и все. До встречи на других железных дорогах Подмосковья!

Александр КУЛЕНКАМП,
кандидат с/х наук

Хорошо подобранная длина инструментов, продуманная организация труда и непременные перерывы на отдых обеспечат нормальное самочувствие. Люди с ослабленным физическим стереотипом и болезнями кровеносной системы должны избегать физических усилий, которые могут обострить недомогание. Это особенно важно при варикозном расширении вен.

Работа не должна вести к перегрузке позвоночника. Например, при длительном наклоне, связанном с прополкой. Лучше встать на колени, защитив их от земной сырости мягкой влагонепроницаемой подкладкой.

Многие работы на грядках предполагают длительное нахождение в неудобных позах. Поэтому при перекопке, рыхлении, поливе и косьбе полезно делать частые перерывы, чтобы расслабились перегруженные группы мышц. А уж если прилечь ненадолго – сразу чувствуется, как расправился и готов к дальнейшей работе самый деликатный орган – позвоночник. Но даже при этом трудиться, согнувшись, и с головой, склоненной ниже пояса, нельзя людям с постоянно высоким давлением, больными венами и склеротическими явлениями.

И самое главное, возня на огороде и просто длительное нахождение среди природы заметно отодвигают наступление старости.

Борис КУЗНЕЦОВ

СПРОСИТЕ ЮРИСТА

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ПРАВЛЕНИЯ

Вера Степанова, Москва: «Какую ответственность несут председатель и члены правления садоводческого товарищества за свою работу?»

Ответственность председателя и членов правления предусмотрена ст. 24 ФЗ «О садоводческих, огороднических и дачных некоммерческих объединениях граждан» от 11.03.08. Эти лица при исполнении своих обязанностей должны действовать в интересах объединения и исполнять свои обязанности добросовестно и разумно. Они несут ответственность перед таким объединением за причиненные ему своими действиями убытки. При этом не несут ответственность члены правления, голосовавшие против решения, которое повлекло за собой причинение ущерба, в том числе те, которые не принимали участия в голосовании.

Председатель правления и его члены при выявлении финансовых злоупотреблений и нарушений, причинивших убытков товариществу могут быть привлечены к дисциплинарной, материальной, административной или уголовной ответственности в соответствии с законодательством

СТРАНА СОВЕТОВ

ЖИДКОЕ И ЗЕЛЕНОЕ

Жидкое удобрение, полученное из растений, широко используется и в «большом» сельском хозяйстве, и особенно на приусадебных, садовых участках. Его применяют для подкормки растений как быстродействующее и хорошо усвояемое удобрение в тех случаях, когда хотят вызвать быстрый и дружный рост посаженных растений. Такие удобрения содержат в основном азот и калий.

Жидкое зеленое удобрение можно в принципе приготовить из любых растений, чаще всего сорняков. Но и в этом деле есть определенные предпочтения. У немецких садоводов, например, любимое жидкое удобрение – из крапивы. Для его приготовления используют свежую крапиву, собранную весной или в начале лета до образования семян. Но можно использовать и сухую крапиву.

Удобрение делают в деревянной, пластиковой или оцинкованной металлической емкости. Сосуд заполняется мелко нарезанной крапивой и заливается водой, лучше всего дождевой, хорошо отстоявшейся и прогретой на солнце. Наливают воду не до самого верха, так как во время брожения жидкости ее объем увеличивается. Эту «бражку» нужно перемешивать по меньшей мере один раз в день в течение всего процесса.

Запах от готовящегося удобрения весьма резкий и неприятный, но дело того стоит. Кроме того, неприятности для обоняния можно свести до минимума, если засыпать поверхность жидкости торфяной пылью или добавить немного экстракта сильно пахнущих листьев (например, валерианы или мяты). Когда раствор приобретет темную окраску и перестанет пениться, значит он готов к употреблению. Обычно это происходит за 1,5–2 недели. Если будет стоять жаркая солнечная погода, то удобрение «поспеет» быстрее.

Для полива под корень употребляют непроцеженный настой, разводя его водой в соотношении 1:10, а для внекорневой подкормки – раствор, разведенный в соотношении 1:20. Разводят удобрение непосредственно перед употреблением. Жидкое удобрение из крапивы оказывает оздоровляющее действие на огородные и садовые культуры, стимулируя их рост и образование хлорофилла. Землю, политую настоем крапивы, очень любят [illegible]

А. ЮРЬЕВ

Картофель недаром называют вторым хлебом: «Тот не знает наслажденья, кто картошки не едал», – поется в старой песенке. И это правда. Вот уже больше двух веков после того, как завезенный в Россию «экзотический фрукт» стал совершенно своим, домашним и очень любимым, именно от урожая картофеля зависит – будет ли сыт зимой русский народ. Сегодня мы поговорим о проблемах выращивания картофеля, особенностях ухода за посадками в нынешнем, богатом на природные сюрпризы году.

ПРОБЛЕМЫ КАРТОФЕЛЬНЫХ ГРЯДОК

НАЧНЕМ С ПОСАДКИ

Если вспомнить обычную практику, то все сроки посадки картофеля уже миновали: они определяются обычно в начале мая, а точнее – с 1–2-го до 14–15-го числа последнего весеннего месяца. Но в этом году все встало с ног на голову: двухнедельная апрельская теплынь пробудила природу ото сна слишком рано, а когда в начале мая, опережая все сроки, зацвела черемуха, то ударили весьма ощутимые, неожиданные и очень продолжительные холода с резкими ночными заморозками. **Те из огородников, кто, обманутый теплом, посадил картофель слишком рано, прогадали.** В сырой и холодной почве клубни чувствуют себя неуютно, а отсюда и очень медленное образование ростков. Усилилась и опасность поражения нежных пробуждающихся ростков грибными вирусами и болезнями. Да и извечный враг картофеля – колорадский жук, проснувшийся от зимней спячки, с голодухи рьяно набросился на рано посаженный картофель. Так что нужно ждать хилых, изреженных всходов.

Если рано посаженный картофель вести первое довсходное боронование. Потом рыхление производят еще 2–3 раза, а многолетние корневищные сорняки уничтожают при окучивании.

На тяжелых глинистых и переувлажненных торфяно-болотных почвах необходимо регулярно рыхлить междурядья на глубину 15–20 см; эта работа производится вилами, без перевертывания пластов почвы. Мы придерживаемся мнения, что ширина междурядий во всех случаях должна быть 80–90 см, а размещение клубней в ряду – через 15–20 см, что позволяет создавать сплошной ряд из растений и свести к минимуму борьбу с сорняками.

Окучивание можно заменить регулярной подсыпкой плодородной земли с добавлением в нее перегноя и песка.

БОРЬБА С ВРЕДИТЕЛЯМИ

В июне активизируется главный враг картофеля – колорадский жук. Он покидает зимние квартиры при температуре почвы 12–15°С. Вред от него огромен. Его личинки могут за 3–4 дня безопасен. Вызывает интерес у огородников и инсектицид «Фьюри», отличающийся экономичностью, малой токсичностью и низкой нормой расхода. Ампулу этого препарата (1,5 мл) разводят на 30 л воды, чего хватает для обработки картофеля на площади 300 м^2.

Не следует пренебрегать и народными средствами. При появлении на плантации молодых жуков, в дни, предшествующие яйцекладке, нужно опрыскать всходы картофеля настоем луковой шелухи (500 г на 10 л воды) или настоем горького перца, чеснока и луковой шелухи (10 стручков перца, 150 г чеснока и 10 г шелухи заливают кипятком, настаивают 4–5 часов, процеживают и этот концентрат разбавляют водой примерно в соотношении 1:10). Если произвести такое опрыскивание в сухую и жаркую погоду – жуки и личинки погибают. Зольный раствор более эффективен для взрослых кустов картофеля (двухлитровая банка золы и 40 г мыла растворяют в 10 л воды). Может принести результат и посадка между рядами картофеля бобов, фасоли, [illegible] которые своим запахом отпугивают колорадских жуков.

пылью или добавить немного экстракта сильно пахнущих листьев (например, валерианы или мяты). Когда раствор приобретет темную окраску и перестанет пениться, значит, он готов к употреблению. Обычно это происходит за 1,5–2 недели. Если будет стоять жаркая солнечная погода, то удобрение «поспеет» быстрее.

Для полива под корень употребляют непроцеженный *настой, разводя его водой в соотношении 1:10, а для внекорневой подкормки – раствор, разведенный в соотношении 1:20. Разводят удобрение непосредственно перед употреблением.* Жидкое удобрение из крапивы оказывает оздоровляющее действие на огородные и садовые культуры, стимулируя их рост и образование хлорофилла. Землю, политую настоем крапивы, очень любят дождевые черви.

А. ЮРЬЕВ

ЛИЧНЫЙ ОПЫТ

РАЗ ГОРОХ, ДВА ГОРОХ...

Мы получаем довольно много писем от читателей, в которых они не только просят нашего совета, но и делятся своим, нередко весьма богатым, опытом огородничества. Сегодня мы публикуем письмо, касающееся приемов выращивания гороха.

На своем участке я получаю сверхранний урожай гороха рассадным способом. Сегодня многие огородники забывают о воздушно-тепловом прогреве семян, а я прогреваю горошины на солнце два дня. Затем обрабатываю их стимулятором роста (причем не замачиваю, а опрыскиваю). Да и семена на посадку выбираю с умом: ведь по семенам всегда можно сказать, на какой почве они росли. Если горох мелкий, малосахаристый, то, значит, почва у него была неплодородная, тощая. Такой горох и на следующий год даст невысокий урожай.

Опыт показал, что горох хорошо растет после капусты, картофеля и огурцов. Вот я и меняю участки, высевая и сажая рассаду гороха на новом месте. Рассаду высаживаю на расстоянии 10 см друг от друга, а междурядья – по 30 см. Чтобы растения не полегли, натягиваю шнур.

Особое внимание борьбе с вредителями. Известно, что гороховая тля – сама крупная из всех. Ущерб от нее огромный. Хорошо помогает от тли на горохе настой чеснока: 20 г пропускаю через мясорубку и заливаю 10 л воды; настаиваю сутки; потом процеживаю и опрыскиваю растения. Делать это лучше к вечеру и в сухую погоду. А отвар [illegible] полыни – хорошее средство против грызущих [illegible]. [illegible] росы я применяю настой [illegible]: 300 г листьев на 10 л воды, настаивать [illegible] неделю.

[illegible] правила и при-

Б.ДУХНЕВИЧ,
Москва

то ударили весьма ощутимые, неожиданные и очень продолжительные холода с резкими ночными заморозками. **Те из огородников, кто, обманутый теплом, посадил картофель слишком рано, прогадали.** В сырой и холодной почве клубни чувствуют себя неуютно, а отсюда и очень медленное образование ростков. Усилилась и опасность поражения нежных пробуждающихся ростков грибными вирусами и болезнями. Да и извечный враг картофеля – колорадский жук, проснувшийся от зимней спячки, с голодухи рьяно набросился на рано посаженный картофель. Так что нужно ждать хилых, изреженных всходов.

Если рано посаженный картофель у вас взошел плохо (или вовсе не взошел), то до середины июня можно произвести его подсадку. Только надо высаживать районированные для наших мест сорта. Наиболее удачной в сложившихся обстоятельствах нужно признать позднюю посадку раннеспелых сортов: Брянский ранний, Весна, Жуковский ранний, Скороспелый, Невский, Корона, Удача и, конечно, любимый сорт подмосковных дачников – Синеглазка. Правда, при поздней посадке на легких почвах Синеглазка обычно малоурожайна (особенно без полива).

При поздней посадке (конец мая – начало июня) белые длинные ростки на клубнях нужно обязательно оборвать. Помните, что хранившиеся на свету клубни, образовавшие короткие зелененькие ростки с зачатками корней, более устойчивы к низким температурам (но более привлекательны для колорадского жука).

УХОД ЗА КАРТОФЕЛЕМ

В конце мая и в начале июня будьте готовы к защите всходов картофеля от заморозков. Особенно они будут заметны на пониженных местах и осушенных торфяниках, окруженных со всех сторон лесом. **Заморозки могут не только заметно снизить урожай, но и вовсе погубить растения.** Для защиты картофеля приготовьте любую имеющуюся в арсенале дачника пленку, бумагу от крафтмешков, газеты, а в небольших огородах – обрезанные молочные пакеты, бутылки от газированных напитков, стеклянные банки (чтобы накрыть ими всходы). Можно просто присыпать растения землей, но в этом случае не следует оставлять эту земляную «шубу» после окончания заморозков.

Но основной работой по уходу в конце мая – начале июня будет для вас борьба с сорняками. Главное в этом деле – профилактика: надо уничтожать сорняки еще на стадии прорастания семян, а потому уже через 7–10 дней после посадки картофеля произ-

15–20 см, что позволяет создавать сплошной ряд из растений и свести к минимуму борьбу с сорняками.

Окучивание можно заменить регулярной подсыпкой плодородной земли с добавлением в нее перегноя и песка.

БОРЬБА С ВРЕДИТЕЛЯМИ

В июне активизируется главный враг картофеля – колорадский жук. Он покидает зимние квартиры при температуре почвы 12–15°С. Вред от него огромен. Его личинки могут за 3–4 дня съесть всю ботву и оставить огородника без урожая!

Фото Г.Урова

Борьбу с полосатыми разбойником нужно начинать со сбора жуков и уничтожения яйцекладок. Самка жука откладывает на нижних листьях картофеля (а также томатов и других пасленовых культур) яйца желтого цвета, хорошо видные при всякой погоде. Когда жуков много, то яйцекладки можно встретить практически на всех растениях, окружающих картофельное поле. Уничтожение таких яйцекладок – весьма эффективный способ борьбы с колорадским жуком на небольших огородах. **Но при массовом появлении жуков нужно воспользоваться услугами ядохимикатов.**

Широкой известностью пользуется «Инта-Вир». Препарат прост в употреблении: одна таблетка растворяется в ведре воды, чего достаточно для обработки 100 м² посадок картофеля. Эффективен против колорадского жука и «Шерпа» 25%-й концентрат эмульсии. Один флакон емкостью 12 мл достаточен для обработки 12 соток картофельного огорода! При этом «Шерпа» экологически

стоем горького перца, чеснока и луковой шелухи (10 стручков перца, 150 г чеснока и 10 г шелухи заливают кипятком, настаивают 4–5 часов, процеживают и этот концентрат разбавляют водой примерно в соотношении 1:10). Если произвести такое опрыскивание в сухую и жаркую погоду – жуки и личинки погибают. Зольный раствор более эффективен для взрослых кустов картофеля (двухлитровая банка золы и 40 г мыла растворяют в 10 л воды). Может принести результат и посадка между рядами картофеля бобов, фасоли, ноготков, которые своим запахом отпугивают колорадских жуков.

ПОЛИВ И ПОДКОРМКА

Для получения хорошего урожая вам не обойтись без подкормки картофеля удобрениями.

При появлении всходов это прежде всего азотные удобрения: аммиачная и калийная селитра, добавка которых ускоряет рост ботвы (30–40 г на пог. м. рядка). Через 1,5–2 недели подкормку необходимо повторить, добавив в нее суперфосфат (20–25 г) и калиймаг (30–40 г).

Принято считать, что картофельное поле не нуждается в поливе. Но это не совсем так. **Если у вас есть возможность поливать картофельные грядки – будете с дополнительным урожаем!** А уже в период образования бутонов, при сухой погоде полив и вовсе обязателен: именно в это время закладывается будущий урожай. Оптимальная влажность при хорошем питании способствует закладке столонов (подземных побегов), на которых и образуются клубни.

А в общем – для получения урожая все средства хороши!

Александр КУЛЕНКАМП

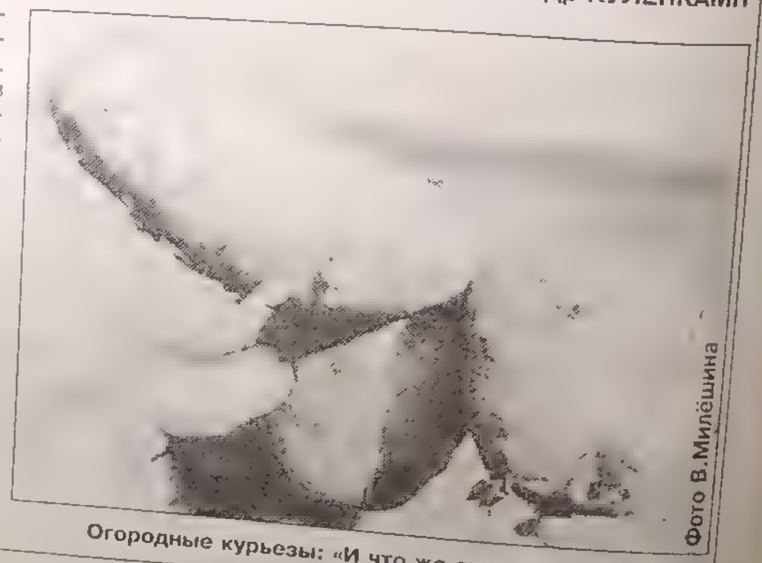
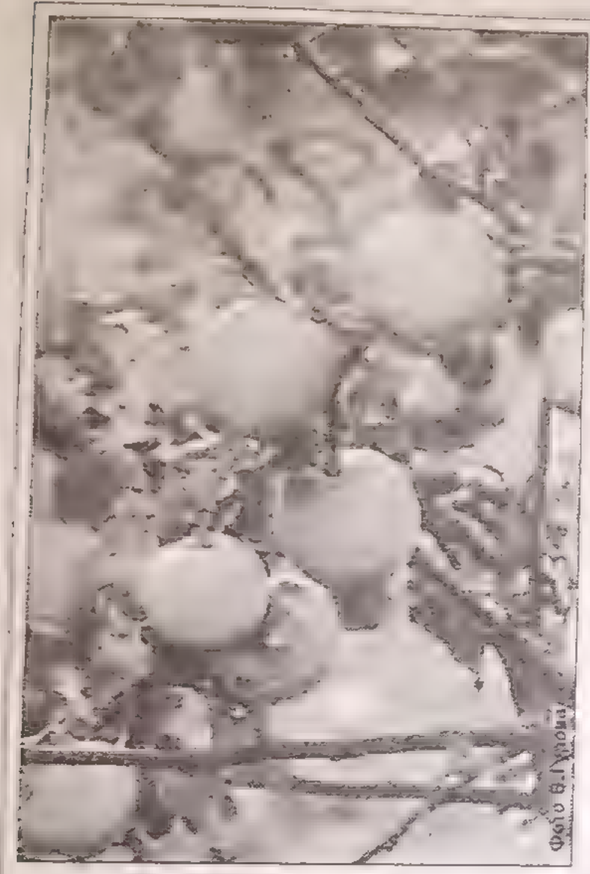


Фото В.Милёшина

Огородные курьезы: «И что же это выросло?»



• ЭНЦИКЛОПЕДИЯ СОРТОВ

Мы заканчиваем публикацию необходимых каждому любителю кратких сведений о сортах яблонь, районированных для средней полосы России. Сегодняшний разговор пойдет о так называемых зимних сортах, которые хотя и поспевают поздно, зато хранятся весьма длительное время. Яблони этого типа делятся на раннезимние, среднезимние и позднезимние. Понимая скупость приведенных сведений, мы обещаем посвятить особо уважаемым или интересным сортам отдельные публикации.

ЯБЛОКО ОТ ЯБЛОНИ...

АНТОНОВКА ОБЫКНОВЕННАЯ. Это знаменитый старинный русский сорт народной селекции. Когда он появился в наших садах – никто точно не знает, но достоверно известно, что еще в середине прошлого века антоновкой любили лакомиться не только старосветские помещики, но и обычные деревенские ребятишки. Деревья у антоновки средней силы роста, обладающие полушаровидной густой кроной. Зимостойкость у сорта высокая, а урожайность хорошая. Антоновка достаточно устойчива к парше. Окраска плодов зеленовато-желтая, а после зимней лежки – желтоватая. Мякоть белая, крупнозернистая, ароматная и сочная, со своеобразным винно-кислым вкусом. Антоновку с успехом используют и как столовый сорт, и для компотов, и в варенье. Плоды поспевают в начале октября и хранятся около трех месяцев.

КОРИЧНОЕ НОВОЕ было получено в г. Мичуринске от скрещивания двух сортов – Уэлси и Коричное полосатое. Молодые деревья этого сорта на сеянцевом подвое начинают плодоносить на 5–6-й год после посадки и медленно наращивают урожай к 12–15 годам жизни. Урожайность взрослых деревьев хорошая, но периодичная. Зимостойкость и устойчивость к парше на должном уровне. Плоды выше средней величины; окраска зеленовато-желтая с неярким полосатым покровным румянцем. Кисло-сладкая мякоть очень сочная и нежная. Сорт подвергается на дереве поражению плодовой гнилью. Созревают плоды во второй половине сентября и хранятся до конца января.

ЛОБО относится к среднезимним сортам, выведенным в Канаде и успешно прижившимся в наших краях. Зимостойкость и устойчивость к парше удовлетворительные. Мякоть нежная, сочная и очень ароматная. Этот сорт желательно выращивать на скелетообразователе. Плоды поспевают в конце сентября и сохраняются в условиях погреба до начала марта.

УЭЛСИ – сорт, выведенный в Канаде. Деревья среднерослые, с округлой кроной. Зимостойкость удовлетворительная, а урожайность ежегодная и хорошая. Сорт устойчив по отношению к парше. Хрустящая, очень сочная и белая мякоть обладает к тому же специфическим ароматом. Плоды созревают в конце сентября и в лежке хранятся до конца января – начала февраля

К позднезимним сортам яблонь, районированным для наших краев, относятся Ренет Черненко, Спартан, Орлик, Богатырь и другие. Остановимся на двух из них, самых, пожалуй, распространенных в подмосковных садах.

СПАРТАН. Выведен в Канаде. Деревья среднерослые с немного поникшими ветвями. Зимостойкость удовлетворительная, а урожайность хорошая и ежегодная. Сорт устойчив к парше. Плоды средней величины, обладающие светло-зеленой основной окраской и темно-вишневым румянцем почти во всю «щеку». Мякоть зеленовато-белая, кисло-сладкого вкуса, с тонким ароматом. Плоды созревают в середине октября и сохраняются до апреля–мая. Это сорт желательно выращивать на скелетообразователе.

БОГАТЫРЬ был выведен при скрещивании Антоновки и Ренета Ландсберга в Мичуринске. Деревья сильнорослые. Зимостойкость средняя, в очень холодные зимы деревья подмерзают. Зато плодоносят они ежегодно, и урожай хороший. Плоды крупные, ребристые, чуть уплощенные. Основная окраска – светло-зеленая. А покровная – слабый полосатый румянец. Мякоть сочная, ароматная, кисло-сладкая. Плоды поспевают в середине октября и лежат до мая.

Окончание. Начало в «МС» №№3 и 5.

ЗАДАВАЙТЕ ВОПРОСЫ

? БАРБАРИС НА УЧАСТКЕ

Александр Кириченко, г. Москва: «Давно мечтаю посадить на своем участке барбарис, но в один голос утверждают, что он в наших краях не поспевает. Так ли это?»

Барбарис – очень полезное плодовое растение, обладающее хорошими декоративными свойствами, а также служащее отличным медоносом. Большинство сортов барбариса произрастают в иных, более теплых климатических условиях, чем наши, – Крым, Средняя Азия, Кавказ... Но есть сорта, вполне пригодные и для условий Подмосковья. К таким относится БАРБАРИС ТУНБЕРГА, который представляет собой кустарник до 2 метров высотой с компактной кроной. Листья мелкие, округлые, ярко-зеленые летом и огненно-красные осенью. Распространен в центральных районах средней полосы России, в Прибалтике и Белоруссии. Он растет на легких суглинистых, хорошо окультуренных почвах. Хорошо плодоносит на увлажненных землях при хорошем освещении. Плоды барбариса хорошо держатся на деревьях, и их можно (если позволят птицы) снимать даже зимой.

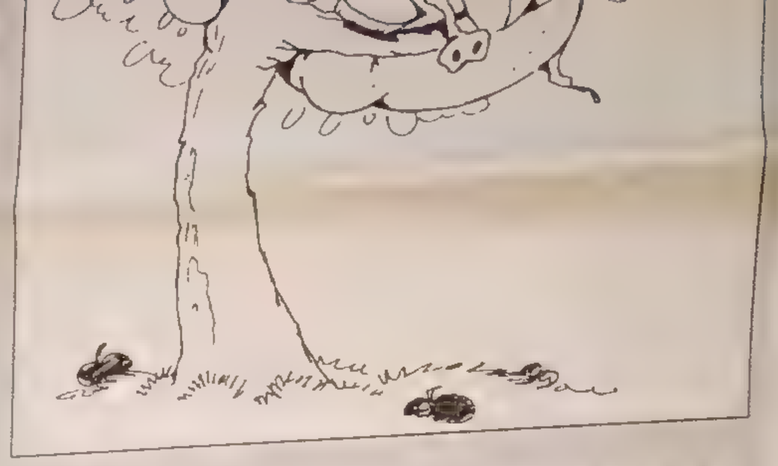
Зимостойкость у сорта высокая, а урожайность хорошая. Антоновка достаточно устойчива к парше. Окраска плодов зеленовато-желтая, а после зимней лежки — желтоватая. Мякоть белая, крупнозернистая, ароматная и сочная, со своеобразным винно-кислым вкусом. Антоновку с успехом используют и как столовый сорт, и для компотов, и в варенье. Плоды поспевают в начале октября и хранятся около трех месяцев.

КОРИЧНОЕ НОВОЕ было получено в г. Мичуринске от скрещивания двух сортов – Уэлси и Коричное полосатое. Молодые деревья этого сорта на сеянцах, выведенных в Канаде и успешно прижившимся в наших краях. Зимостойкость и устойчивость к парше удовлетворительные. Мякоть нежная, сочная и очень ароматная. Этот сорт желательно выращивать на скелетообразователе. Плоды поспевают в конце сентября и сохраняются в условиях погреба до начала марта.

УЭЛСИ – сорт, выведенный в Канаде. Деревья среднерослые, с округлой кроной. Зимостойкость удовлетворительная, а урожайность ежегодная и хорошая. Сорт устойчив по отношению к парше. Хрустящая, очень сочная и белая мякоть обладает к тому же специфическим ароматом. Плоды созревают в конце сентября, с тонким ароматом. Плоды созревают в середине октября и сохраняются до апреля–мая. Это сорт желательно выращивать на скелетообразователе.

БОГАТЫРЬ был выведен при скрещивании Антоновки и Ренета Ландсберга в Мичуринске. Деревья сильнорослые. Зимостойкость средняя, в очень холодные зимы деревья подмерзают. Зато плодоносят они ежегодно, и урожай хороший. Плоды крупные, ребристые, чуть уплощенные. Основная окраска – светло-зеленая. А покровная – слабый полосатый румянец. Мякоть сочная, ароматная, кисло-сладкая. Плоды поспевают в середине октября и лежат до мая.

Окончание. Начало в «МС» №№3 и 5.



НАШ СТАРЫЙ ЗНАКОМЫЙ–ЖАСМИН, или ГДЕ ИСКАТЬ ЧУДО?

Когда-то на Руси цветы садового жасмина служили той же цели, что цветы сирени: ожидающие чуда искали его в обсыпанных белой кипенью ветвях жасмина... Дело в том, что его цветы обычно четырехлепестковые, иногда дарят страждущих пятилепестковыми звездочками. Они-то и почитались за предвестников счастья! Их искали, засушивали между страниц, берегли... Впрочем, проза жизни приписывает засушенным цветкам жасмина и другое свойство, самое прагматичное: они, оказывается, отпугивают моль. А пахнущие огурцами листья жасмина когда-то употреблялись как прекрасная приправа для салата.

В Европу этот кустарник попал, очевидно, только в XVI столетии. Во многих странах жасмин получил сходные имена, являющиеся следствием одной его особенности: отсутствие сердцевины в стволе. В России и Восточной Европе, где это свойство жасмина использовали для изготовления разного рода дудок, свирелей и чубуков для трубок, его стали называть чубушником. Родиной его считается юг древней Гиркании. Обитавшее здесь скифское племя партов культивировало жасмин, обсаживая им свои жилища и кладбища. По свидетельству древнегреческого писателя Атенея, скифское название жасмина – «братская любовь». Причина – в свойстве его корней: встречаясь с корнями соседнего куста, они так плотно обвивают друг друга, будто оба выросли от одного корня.

Жасмин... Еще в начале нашего века не было, наверное, сада в маленьком провинциальном городке или столичного парка «для чистой публики», где бы в урочный час не распускались его как бы сделанные из белого воска красивые цветы, наполняя все вокруг себя упоительным ароматом. Теперь, на исходе двадцатого столетия, кусты жасмина встречаются в парках и садах России все реже и реже. То ли отчаялись мы, русские, найти в нем свое счастье, то ли просто моль у нас перевелась...

Фото В.Парадин

И все же, если любители изысканных ароматических удовольствий захотят посадить на своем участке это стародавнее чудо, все проблемы можно решить. Саженцы жасмина (разного возраста, от года до 3–4 лет) продаются на многих московских рынках и «диких» базарах вдоль автомобильных трасс. Учитывая затяжные майские холода и некоторую пассивность дачников, у продавцов осталось еще достаточно маломерных «прутиков» с обмотанной целлофаном или мешковиной корневой системой. Но покупать такие саженцы (по цене от 60 до 150 рублей за куст) рискованно.

Во-первых, качество их, учитывая долгие сроки неизвестно какого хранения, сомнительно. Во-вторых, малое знакомство садоводов с «особыми приметами» жасмина в столь нежном возрасте позволяет недобросовестным продавцам пускаться во все тяжкие. А в третьих – уже поздновато сажать...

Если же вы все-таки хотите разжиться 1–2 кустиками белого жасмина, то покупайте его (как, впрочем, и остальные саженцы) в проверенных временем точках, например, на территории Тимирязевской академии. 3–4-летний кустик стоил в мае около 300 рублей. Но лучше всего отложите это дело до осени...

Ю. Г.

ЗАДАВАЙТЕ ВОПРОСЫ

? МУСКУСНЫЕ УТКИ

Александр Снегирев, Раменский район: «Хочу завести уток. Говорят, что порода мускусная наиболее хороша для личного хозяйства».

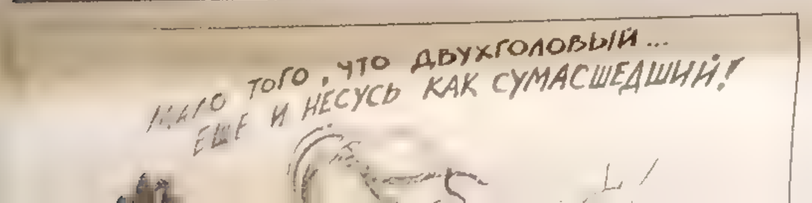
Наиболее распространены в личных хозяйствах так называемые пекинские утки, но они крикливы (а это не всем нравится), и их мясо довольно жирное. А вот мускусные утки ведут себя тихо, только шипят (их иногда так и зовут – шипуны). Но самое главное их преимущество в том, что они дают нежирную тушку с нежным мясом, по вкусу напоминающим дичь. Да и едят они гораздо меньше пекинских уток, но вес набирают медленнее. Довольно часто в хозяйствах стали попадаться так называемые мударды – помесь мускусной и пекинской уток, которые откармливаются быстрее, чем мускусные, но не так жирны, как пекинские.

? КУРИНЫЙ РЕСТОРАН

Капитолина Марьина, Москва: «Кур на даче кормят обычно без особого разбора – чем придется, чаще всего отходами со своего стола и крупами. А как правильно кормить кур?»

Куриное меню достаточно стабильно и зимой, и летом. Разве что летом стараются скормить им как можно больше зелени. А самым привычным блюдом в курином рационе являются различные мешанки. В корм курам идет зерно разного вида, пищевые отходы, тертые сырые корнеплоды, перемятый вареный картофель, измельченное мелкотравное сено. Все эти продукты тщательно перемешиваются – вот вам и мешанка!

Примерный суточный рацион для кур-несушек может быть таким: зерно – 50 г, бобовые – 10 г, жмых, шроты, сочные зеленые корма – 50–70 г, мука сенная и травяная – 10–12 г, минеральные корма (толченые мел, ракушки, яичная скорлупа, известняк) – 6–7 г, поваренная соль – 0,5 г. Все это из расчета на одну курицу-несушку яичного направления продуктивности. Вот и все премудрости.



НЕ БЫЛО У БАБЫ ХЛОПОТ, ДА КУПИЛА ПОРОСЯ!..

Странное у человека отношение к поросятам! Почему-то молочный поросенок с хреном – это объеденье, а обращение к приятелю «поросенок ты этакий» – обида... Впрочем, Бог с ней, с изменчивостью языковых и вкусовых обстоятельств. Сегодняшний наш рассказ для людей, которые хотят завести у себя на дворе маленькую свиноферму и для этой цели покупают или получают от собственной, ранее купленной, свиноматки приплод.

С покупкой поросят на большой свиноферме или на рынке все относительно просто: накопил денежки, посоветовался со знатоками, почитал специальную литературу и – ты уже поросятовладелец. Важно только не промахнуться с покупкой, проследить, чтобы не подсунули бракованное животное. Помните, что провислая спина и отвислость брюха свидетельствуют о слабости мускулатуры, об изнеженности животного. А крепкие, умеренной длины ноги с косо поставленными копытцами – признак нормального здоровья. Поросята с курносой или, как говорят, мопсовидной головой склонны к раннему ожирению. Их покупают, когда хотят откормить свинью на сало. Не следует брать поросят с искривленной верхней челюстью и неправильным прикусом: они хуже развиваются

Если вы предполагаете получить приплод от собственной свиньи – значит, вы уже достаточно опытный животновод. Но во всяком деле необходим не только минимальный навык, но и знания, а потому для принятия родов у свиноматки рекомендуем пригласить ветеринара или зоотехника с соседней фермы. Во всяком случае, все понесенные при этом затраты окупятся благополучным исходом.

Предположим, что все благополучно закончилось и у вас в сарайчике населения прибавилось. Что нужно помнить в первую очередь?

Поросята сосут матку до 30 раз в день, а потому лучше всего каждого из них приучить к одному и тому же соску, та будут отлично знать свое место у материнского живота.


Фото А.Козина

Для обогревания поросят просто подвешивают на высоте 60–70 см электрические лампочки с металлическими абажурами-отражателями.

Помните, что в первые дни поросята особенно чувствительны к холоду и повышенной влажности; и если не соблюдать определенный температурный режим, то молодняк может погибнуть. Общая площадь помещения для

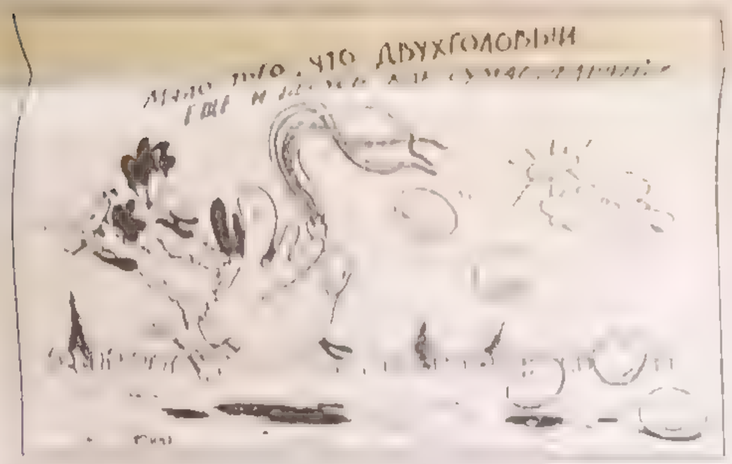
вают цельным коровьим и козьим, которое гораздо полезнее не в свежем, а в сквашенном виде.

У поросят растут зубы, а потому чешутся десны. Чтобы помочь им справиться с соблазном покусать грязные предметы свинарника, в кормушку подкладывают поджаренное зерно, которое легко раздавливается деснами и облегчает зуд. Еще одна полезная подкормка – овсяное молоко или очень жидкая овсяная кашка, которую готовят из овсяной муки тонкого помола. Для этого 3–3,5 кг муки заливают примерно 10 литрами теплой кипяченой воды и дают настояться 3–4 часа. После этого кашу процеживают и дают малышам. Такое овсяное молоко быстро скисает, а потому его нужно готовить только на один раз, чтобы не вызвать у поросят понос Для профилактики поноса поросятам дают еще и ячменный кофе: поджаренные до темно-вишневого цвета зерна ячменя размалывают и просеивают, а полученную муку засыпают в снятое кипящее молоко, снова доводя его до кипения. На 3 л молока берут 50–60 г ячменного кофе.

Бытует мнение, что поросят, вскармливаемых молоком матери, не нужно поить водой. Это неправильно. Чтобы не нарушить обмен веществ в организме животного, ему обязательно нужно давать вволю чистой, чуть теплой воды.

Отнимают «от груди» поросят, как правило, в возрасте 2-х месяцев. К этому моменту готовятся заранее, приучая малышню к поеданию разных кормов. После отлучения от матери поросят 5 суток кормят вручную, приучая к новой для них жизни. Их в это время оставляют, как правило, в привычном помещении, а свиноматку переводят в другое место. Лучшими кормами в период отъема от материнских сосков считаются картофельное пюре, снятое молоко, комбикорма. Из

быть таким: зерно – 50 г, бобовые – 10 г, жмых, шрота, сочные зеленые корма – 50–70 г, мука сенная и травяная – 10–12 г, минеральные корма (топленое мел, ракушки, мясная скорлупа, известняк) – 6–7 г, поваренная соль – 0,5 г. Все это из расчета на одну курицу-несушку яичного направления продуктивности. Вот и все премудрости.



дим не только минимальный набор, но и знания, а потому до [illegible] ветеринара или зоотехника с соседней фермы. Во всяком случае, все понесенные при этом затраты окупятся благополучным исходом.

Предположим, что все [illegible] путем [illegible] и у [illegible] в скорости не [illegible] прибавилось. Что нужно помнить в первую очередь?

Поросята сосут матку до 30 раз в [illegible] каждого из них приучить к одному и тому же соску, чтобы во время кормлений не возникали «разборки». Слабых при этом под- [illegible] ми – к задним. Чтобы не путать поросят, их можно в первый же день пометить цифрами, которые ставятся на спине краской. Дня через 2–3 поросят будут отличать [illegible] материнского молока.

Для обогревания поросят просто подвешивают на высоте 60–70 см электрические лампочки с металлическими абажурами-отражателями [illegible] повышенной влажности, и если [illegible] блюдать определенный температурный режим, то молодняк может погибнуть. Общая площадь помещения для свиноматки с поросятами должна быть не меньше 7,5 м².

[illegible] шать свежим воздухом, регулярно чистят и обмывают загрязненные части тела. Когда поросятам не хватает материнского молока, то их подкармли-

Отнимают «от груди» поросят, как [illegible] в возрасте 2–х месяцев. К этому моменту готовятся заранее, приучая малышню к [illegible] разных кормов. После отлучения от матери поросят 5 суток [illegible] к новой для них [illegible] мами в период отлучения от матери [illegible] скармливают картофельное пюре, [illegible] молоко, комбикорма. Из концентратов отъемышам дают [illegible] ячменку, гороховую муку, мо[illegible] Через 1,5–2 месяца [illegible] уже могут поедать зелень [illegible] или на ближайшем к дому лугу.

Антон ДЕМИН

СТРАНА СОВЕТОВ

ХРЕНОВАЯ ЖИЗНЬ ДЛЯ КЛЕЩА

Для избавления пчелосемей от клеща можно применять обыкновенный огородный хрен. Корни хрена поделите вдоль на пять-шесть частей, высушите, затем разрежьте на мелкие кубики, засыпьте одну столовую ложку на горящий дымарь, обработайте две-три пчелосемьи по три-четыре качка в нижний леток и тут же закройте наглухо. Верхний леток откройте на одну пчелу. Обрабатывать таким способом нужно три раза с промежутком семь дней весной, а также [illegible]

Наблюдения после [illegible] пчелосемьи на глазах оживают, матка начинает усиленно засевать, семья растет быстрыми темпами, что немаловажно для пчеловода.

Ответы на суперкроссворд

По горизонтали: 1. "Останкино" 9. Булка 10. Любовник. 11. Спуск. 13. Ручник. 14. Висла 15. Идеал. 17. Мак. 18. Держава. 19. Сиворец 20. Касатонов 22. Роял. 23. Троцкий. 25. Жалость 27. Саботаж 30. Песо 31. Оскал. 33. Буивол. 35. Аминея. 37. Тело. 38. Любитель 39. Шлепок. 40. Соты. 41. Окно. 43. Вулф. 47. Удав 50. Мольер 51. Аэроплан 52. Чейз. 53. Ангина. 54. Диабет. 56. Права 58. Пи- [illegible] 60. Грузов 63. Волков. 64. [illegible] 66. Серов 67. Незабудка [illegible] 69. Инвалид 70. Стрелок 72. Бар 74. Арбуз 77. [illegible] 80. [illegible] 81. Колли. 82. Нигилизм. 83. "Свема". 84. Шампунь.

По вертикали: 1. Одуванчик. 2. "Обрыв". 3. Класс. 4. Валуа 5. Блокнот 6. Обсуда 7. Сеева 8. Ланиов 12. Пляж 15. Иволга. 16. Лавровый 17. Мобиль 18. Давос 21. Аванс 22. Ребро 24. Ингрид 26. [illegible] 28. Грузо. 29. Бисер 30. Пятно 32. Кабуд 34. Выбрасывать 36. [illegible] 42. Корба 44. Убежище 45. Фазан 46. Колин 48. Ва- [illegible] 49. [illegible] 55. Ивиов 57. Венок 59. Фиалка 61. Ринеть 62. [illegible] 65. Тобаго 68. Абонемент 70. Сарисча 71. Угол 73. Аврора [illegible] 75. Мальчик 76. Ямыш 77. Клест 78. Тибет 79. Лаваш

КОММУНАЛКА ДЛЯ КРОЛИКОВ

Кролики всю свою жизнь находится в ограниченном пространстве клетки или, в лучшем случае, дощатого крольчатника, а потому им следует создать там по возможности побольше удобств.

Если кроликов держат в клетках (а это наиболее рационально), то она обязательно должна быть сухой, чистой, защищенной от сквозняков летом и морозов зимой, открытой солнышку, но обязательно имеющей затенённый уголок, где кролики смогут спрятаться. **Клетки, как правило, расставляют в специально для этого приспособленном сарайчике – крольчатнике,** где кроликам уютно и хозяевам спокойнее, легче обслуживать клетки. Если такого сарая у вас пока нет, то постарайтесь соорудить хотя бы крепкий и надежный навес, где кролики будут укрыты от дождя. Но в наших погодных и климатических условиях крольчатник просто необходим!

На дачных и садовых участках, где земли не так много, чаще всего встречаются самые простые дощатые крольчатники, утепленные изнутри картоном или засыпкой в междустенном пространстве (мох, сухие листья, солома, сосновые шишки, опилки). **Поскольку кролики весьма чувствительны к сквозякам, стенки крольчатника лучше всего делать из шпунтованных досок.** А крышу можно покрыть рубероидом в один слой. Такая крыша дешева и весьма надежна.

Крольчатники должны иметь вентиляцию. Для притока воздуха делают одно отверстие внизу постройки, а для вытяжки – под крышей. Оба отверстия лучше снабдить задвижками или дверцами на случай непогоды. **Фасад** крольчатника должен быть обращен на восток, чтобы в окна попадали утренние лучи солнца, а от самых жарких дневных лучей он был защищен.

А теперь об устройстве клеток для кроликов. Они могут быть как одноместные, так и двухместные. Но для молодняка можно соорудить и своеобразные «коммуналки» – общие клетки с гнездовым и кормовым отделениями. Вообще гнездовое и кормовое отделения должны быть в каждой клетке вне зависимости от числа ее жильцов. **Возле клеток устраивают сетчатые выгулы-вольеры. Из клетки в выгул ведет лаз со вставленной в него перегородкой.** Нужно учесть, что сетка для клеток должна быть с частым переплетением: в наших краях с каждым годом увеличивается число лис, которые не прочь полакомиться кроличьим мясом. Пол в крольчатнике должен быть сетчатый, но к осени его обязательно нужно прикрыть снизу плотно скоро-ченными щитами так, чтобы между ними и сеткой оставалось пространство для сбора навоза и жижи. Потому-то такие щиты ставят с небольшим наклоном (или уклоном) к центру, чтобы образовался сток.

Считается, что на каждого кролика вполне достаточно выдержать такие нормы жизненного пространства: 0,5 м² для мелких пород, 0,75 м² для средних и 1,25 м² для крупных пород. Клетки внутри крольчатника можно размещать в один, два или три яруса (как показано на рисунке). А впрочем, все зависит от ваших возможностей и желания.

А. Д.

Рис. из книги «Дом, сад, усадьба»
Девятиместная клетка
(вид спереди и сбоку)

ДАЧНЫЕ МОСТИКИ

Как утверждают дизайнеры, именно в благоустройстве садового участка, в использовании малых архитектурных форм и может в полной мере проявиться ваш индивидуальный вкус. Самым важным элементом такого оформления участка может служить мостик через основную дренажную канаву или пересекающий ваш участок ручей (случается и такое).

Но прежде чем приступить к созданию рукотворной красоты моста, нужно предусмотреть сохранение в неприкосновенности и доступности для зачистки подпролетного пространства. Можно, конечно, не мудрствуя лукаво, вбить в берега канавы и в ее дно несколько крепких свай или перекинуть с берега на берег пару крепких бревен, но такое деревянное основание со временем будет нуждаться в замене. Дачные умельцы давно придумали несколько верных способов для сохранения возможности свободного протока воды в канаве и создания максимума удобств для прохода на участок и проезда туда машины.

К наиболее рациональным относится укладка на дно канавы 2–3 большемерных бетонных колец, используемых для обсадки колодца. Это сооружение «на века». Но и стоит такой трубопровод по нынешним временам (вместе с доставкой) 2,2–2,6 тыс. рублей. Гораздо дешевле использовать для водопотока старые шины от автомобиля: 5–10 штук таких резиновых «труб» опускают на дно канавы и скрепляют между собой проволокой достаточно крупного сечения. Как и в случае с бетонными кольцами, верх такого моста засыпают щебнем, шлаком, песком или просто грунтом. Перильца и декоративный настил остаются на ваше усмотрение. Очень неплохо смотрится дизайн моста, в котором использована [illegible] бросовая тонкая древесина (подтоварник,

СЕМЬ ЦВЕТОВ РАДУГИ

При окраске садового домика, сарая, туалета или просто забора вы невольно задумываетесь – какой цвет выбрать? Но, оказывается, что, кроме вкуса, немаловажно руководствоваться еще и некоторыми медицинскими, психологическими характеристиками.

Давно подмечено, что одни цвета успокаивают, а другие вызывают ощущение раздражения, а то и гнева. В стенах одного цвета вам холодно, а при другой окраске – тепло. Особенно важна для человека окраска внутренних стен жилых помещений. К теплым цветам относят красный, оранжевый и желтый, а также те смешанные цвета, в которых они преобладают. К холодным цветам – голубой, фиолетовый, зеленый (и их оттенки).

Красный цвет больше других вызывает душевный дискомфорт, ощущение тревоги, близкой беды, возбуждение. Нахождение в помещении с красными стенами утомляет и раздражает глаза.

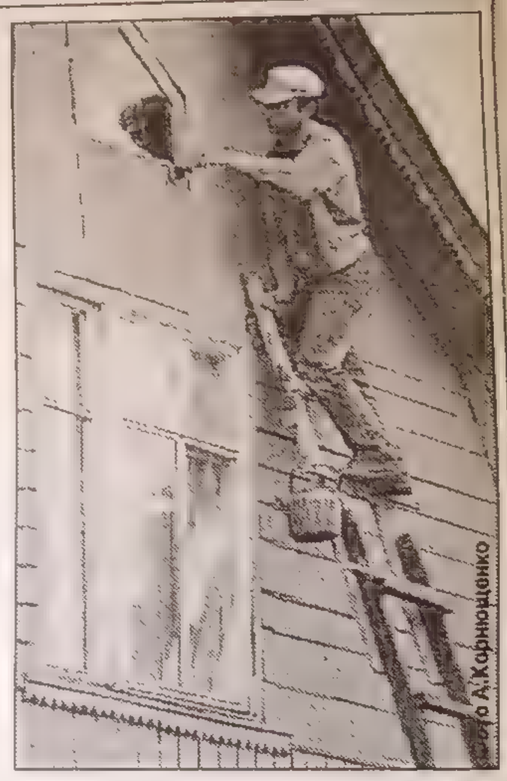
Желтый цвет создает ощущение тепла, поднимает настроение и успокаивает. Говорят, что этот цвет способствует творчеству и поднимает работоспособность.

А вот **оранжевые тона** зрительно уменьшают размеры комнаты, а кроме того, возбуждают нервную систему человека.

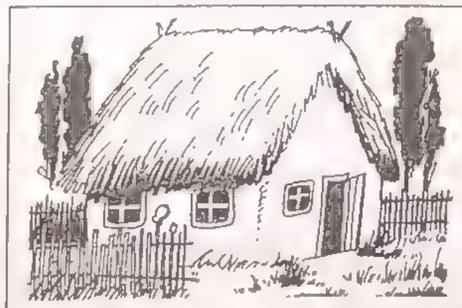
Зеленый цвет успокаивает, расслабляет глаза, создает вам условия для отдыха. Может быть, именно поэтому известный всем «домик отдыхновения» на дачах чаще всего красят именно зеленой краской.

Голубой цвет и все его оттенки навевают ощущение легкости и безмятежности, успокаивают и придают вашему настроению привкус грусти.

Многое при наружной окраске стен домика зависит и от того, захотите вы выделиться на фоне окружающей дачной действительности или наоборот – спрятаться, закамуфлировать жилище под цвет зеленого мира. Впрочем, нужно помнить и о том, что, кроме зеленого лета, существуют еще красно-желтая осень и белая зима. Не перекрашивать же дом в соответствии с каждым временем года!



А.Н.



Еще лет 80 назад люди использовали самые простые, дешевые и доступные строительные материалы. Кровлю, например, в большинстве регионов России делали из соломы. Тогда люди уже прекрасно знали, что такое кровельная жесть и черепица, но не использовали в работе из-за их дороговизны. Тоже самое и сейчас – кровельных материалов полно, а купить их может не каждый. Но строить и жить все равно надо, поэтому приходится вспоминать старые и подчас забытые технологии.

И БУДЕТ КРЫША ВЕЧНОЙ, СОЛОМЕННОЙ...

Кровля в старой постройке портится в первую очередь. Она, как правило, сделана из шифера, который через 25 лет напрочь теряет свои качества, начинает протекать, покрывается мхом и трескается. Заменить шифер можно... соломой. Делать соломенную крышу на доме я вам не предлагаю. Все-таки в конце двадцатого века живем, а вот баньку или сарай накрыть можно. И надежно будет, и кра-

Замачивают их в такой последовательности: сначала на дно ванны наливают глиняный раствор толщиной около 10 см, в раствор кладут снопики и заливают их глиной так, чтобы уровень раствора был на 10–15 см выше уровня снопов. Первый слой замочили – кладите следующий, заливайте раствором и так далее. Количество замоченных снопов зависит только от размеров ванной. Если нет

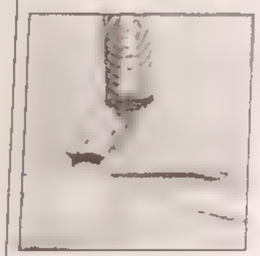
Под соломенную крышу несколько иная конструкция обрешетки, нежели под кровлю из традиционных материалов. Обрешетку здесь делают не из досок, а из жердей толщиной около 8 см. Жерди набивают на стропила на расстоянии 25 см друг от друга. Их можно прибивать нержавеющими гвоздями, но лучше всего прикрепить нагелями из твердых пород древеси ны. С нагелями, конечно, возни бо-

свай или перекинуть с берега на берег пару крепких бревен, но такое деревянное основание со временем будет нуждаться в замене. Дачные умельцы давно придумали несколько верных способов для сохранения возможности свободного протока воды в канаве и создания максимума удобств для прохода на участок и проезда туда машины.

К наиболее рациональным относится укладка на дно канавы 2–3 большомерных бетонных колец, используемых для обсадки колодца. Это сооружение «на века». Но и стоит такой трубопровод по нынешним временам (вместе с доставкой) 2,2–2,6 тыс. рублей. Гораздо дешевле использовать для водопотока старые шины от автомобиля: 5–10 штук таких резиновых «труб» опускают на дно канавы и скрепляют между собой проволокой достаточно крупного сечения. Как и в случае с бетонными кольцами, верх такого моста засыпают щебнем, шлаком, песком или просто грунтом. Перильца и декоративный настил остаются на ваше усмотрение. Очень неплохо смотрится дизайн моста, в котором использована по существу бросовая, тонкая древесина (подтоварник, срубленный при освоении заросшего участка: мелкие березки, крупные ветки). Как, например, на этом фото!

Ю. Г.

ЭТИ РАЗНЫЕ ГЕРМЕТИКИ



В продаже сейчас всевозможных герметиков, уплотнителей швов, монтажной пены

Трещины в кирпичной кладке, бетоне, штукатурки и цементе хорошо заделывает уплотнитель швов на акриловой основе. Его можно использовать как для внутренних, так и для наружных работ. На высохший уплотнитель изменения погоды большого влияния не оказывают. Но герметик все-таки надо наносить на сухую и чистую поверхность при температуре не ниже пяти градусов. Этому уплотнителю под силу заполнить любой шов до 30 миллиметров в ширину и глубину. Стоит уплотнитель от 65 рублей за тюбик объемом 310 мл.

Для заполнения больших швов и стыков между различными конструкциями используют полиуретановую пену. От уплотнителя швов пена отличается прежде всего экономичностью. Она увеличивается по объему в 30 раз и приклеивается к любым материалам. Требование к обрабатываемой поверхности стандартные: она должна быть чистой и сухой. Пену, как правило, продают в баллончиках объемом 700 или 750 мл. Стоит 130–200 рублей.

Для влажных помещений хорошо использовать силиконовую мастику. Она не гниет, к тому же предотвращает появление грибка и плесени. Ею можно замазывать не только швы и трещины, но и заполнять промежутки между кафельной плиткой. Прилипает практически ко всем материалам. Обычно продается в тюбиках объемом 310 мл. Стоит от 100 рублей.

Для наших условий больше подходит уплотнитель на основе акриловой дисперсионной краски. Он морозоустойчив и универсален в применении. Заделывать можно любые швы и трещины во всех существующих материалах и поверхностях, но ширина швов не должна быть больше 20 миллиметров. Поверхность, на которую вы будете наносить уплотнитель, не требует никакой подготовки (самое главное, чтобы не было комков грязи). Стоит он от 60 рублей за тюбик объемом 310 мл.

Роман СИРДЮК

Но не исчезнет и сейчас – кровельных материалов полно, а купить их может не каждый. Но строить и жить все равно надо, поэтому приходится вспоминать старые и подчас забытые технологии.

И БУДЕТ КРЫША ВЕЧНОЙ, СОЛОМЕННОЙ...

Кровля в старой постройке портится в первую очередь. Она, как правило, сделана из шифера, который через 25 лет напрочь теряет свои качества, начинает протекать, покрывается мхом и трескается. Заменить шифер можно... соломой. Делать соломенную крышу на доме я вам не предлагаю. Все-таки в конце двадцатого века живем, а вот баньку или сарай накрыть можно. И надежно будет, и красиво, а самое главное – необычно.

Крышу делают не из чистой соломы, а из соломы, пропитанной глиной. Приготовление глиняного раствора – самая длительная процедура, так что с нее и начнем. Возьмите жирную глину (при формовке, в чуть влажном виде, она легко меняет форму), засыпьте ее в бочку или ванну и залейте водой из расчета: одна часть глины на две части воды. Потом глину тщательно перемешайте до получения сметанообразной массы и оставьте так часов на восемь. Когда глина настоится и разбухнет, ее можно использовать для пропитки. Замочили глину – теперь самое время заняться соломой.

Строительным материалом для соломенной кровли служит ржаная солома (можно заменить сухим камышом). Из соломы вяжут не слишком тугие снопики диаметром 15–20 см и длиной 80–100 см.

Замачивают их в такой последовательности: сначала на дно ванны наливают глиняный раствор толщиной около 10 см, в раствор кладут снопики и заливают их глиной так, чтобы уровень раствора был на 10–15 см выше уровня снопов. Первый слой замочили – кладите следующий, заливайте раствором и так далее. Количество замоченных снопов зависит только от размеров ванной. Если нет подходящей емкости, солому можно пропитывать глиной в земляной яме. Выкопайте яму глубиной 1 м 20 см и примерно такой же длины, ширину выберите произвольно. В яме солому замачивают так же, как и в любой другой емкости. Однако в яме она пропитывается лучше и качественней, потому что земля берет на себя лишнюю влагу. Солома должна пролежать в растворе ровно трое суток

После этой процедуры соломой можно накрывать крышу. Снопы начинают укладывать снизу вверх. Сначала кладут на обрешетку, развязывают и ровным слоем раскладывают солому, а концы загибают за обрешетку. После высыхания загнутые концы работают как крючки и не дают соломе сползать вниз. Толщиной кровля должна быть 10–15 см, а это примерно три-четыре ряда развернутых снопов.

Под соломенную крышу несколько [illegible] конструкция обрешетки, нежели [illegible] крышу из традиционных материалов. Обрешетку здесь делают не из [illegible] а из жердей толщиной около 8 [illegible] Жерди набивают на стропила на [illegible] 25 см друг от друга. Их [illegible] прибивать нержавеющими гвоздями, но лучше всего прикрепить нагелями из твердых пород древесины. С нагелями, конечно, возни больше, чем с гвоздями. Надо сверлить жерди и стропила, вбивать нагеля, но, как говорится, игра стоит свеч. Нагельное соединение никогда не проржавеет.

Свежеуложенная кровля достаточно тяжелая, стропила ее могут не выдержать и сломаться. Чтобы этого не произошло, на время высыхания кровли под стропила нужно поставить подпорки и убрать их, когда солома высохнет. Сохнет солома два-три месяца. И поэтому крышу лучше делать в мае или июне, чтобы за лето она как следует просохла.

Соломенная крыша совсем не слабая, как это может показаться на первый взгляд. Срок службы у нее около 30 лет (сравните с шифером), а если вовремя ремонтировать, она еще вашим детям и внукам послужит.

Григорий РАДИОНОВ

САУНА... В ТЕРМОСЕ?

• ЛИЧНЫЙ ОПЫТ

Почему термос так долго сохраняет тепло? Да потому, что там оно как бы в ловушке – вакуум или нетеплопроводная прослойка не дают теплу «выползти» через стенки, а зеркальная поверхность отражает тепловые лучи вовнутрь термоса.

А вы не думали, что будет, если в хороший термос поместить горящую электролампочку? Теоретически при идеальной теплоизоляции все, что находится внутри термоса, должно приблизиться по температуре к раскаленному волоску лампочки. Вот так! Конечно, гораздо раньше сгорит изоляция и провода замкнут, но температура воздуха внутри термоса растет очень быстро, я убедился в этом, поместив внутри термоса длинный термометр со шкалой, выходящей из пробки.

И вот тогда я решил построить в таком термосе... сауну. Конечно, «термос» был большим – это чулан 6 м^2 на моей даче. Я термоизолировал стены и покрыл их зеркальной алюминиевой фольгой. Чем не термос? Установил там электрокамин и кварцевую лампу для загара. Сауна получилась превосходная. Очень быстро температура доходила до 70°, да больше и не надо! Пот тек ручьем, отовсюду, отраженные зеркальной фольгой, струились на меня инфракрасные лучи от камина и ультрафиолетовые от кварцевой лампы. На глазах были, разумеется, темные очки. Лучше настоящей сауны.

Так что те, кто не сочтет мою идею бредовой, может построить такую зеркальную сауну. Она расходует энергии в несколько раз меньше, чем покупная, создает экзотические условия для находящихся внутри, не вредна для дыхания – температура не слишком высока.

Н.В.ГУЛИА,
д.т.н., профессор

Устроить для любимого сына (дочки) или внука (внучки) городок аттракционов на своем дачном участке может каждый. И неважно, если он будет совсем маленький и чудес в нем будет не так много, как в знаменитой заокеанской «стране сказок». Главное – начать, а там уж ваш ребенок сам научится фантазировать, и очередным игровым «экспонатом» для него может стать самая неожиданная деталь дачного интерьера...

СТРАНА ИГР И СКАЗОК

Начнем с песочницы. Потому как если вашему чаду еще не исполнилось 6–7 лет, то игра в песке будет составлять для него одно из самых больших удовольствий в жизни. Совсем не обязательно ограничиваться обычной кучей песка, сваленного с машины у забора или принесенного в ведрах с ближнего карьера. Интересный вариант многофункциональной песочницы предложили несколько лет назад немецкие дизайнеры. Вот она – на рисунке. Такая песочница может состоять из 5 равносторонних треугольников, а точнее, ящиков разного цвета. У каждого ящика (с дном из прочной фанеры или двух-трех слоев оргалита) все три стороны выкрашены в один цвет. Почему ящиков не шесть, по числу полного составляющего «ансамбля» большого многоугольника, а только пять? Да просто так удобнее: ребенок все время находится как бы внутри игрового поля. При этом 3 или 4 ящика заполняются песком, а 1–2 оставляются пустыми. Перевернутые, они могут сыграть роль столика (подставки) или сиденья для малыша. Кроме того, один из ящиков можно превратить в маленькую клумбу (это создаст дополнительную привлекательность игровому полю).

Врыв в землю два крепких столба и укрепив по верху прочную перекладину из обрезка водопроводной трубы, вы получаете основу для садовых качелей. Само сиденье можно, не мудрствуя лукаво, соорудить из нескольких обрезков гладких досок или воспользоваться готовыми, покупными качелями. Эту же конструкцию можно использовать и как настоящий спортивный снаряд – перекладину или турник. Только в этом случае труба, которую вы закрепите наверху, должна быть без заусенцев, а еще лучше – дюралевая, гладкая. Закрепить ее на деревянных столбах с помощью нескольких согнутых гвоздей или двух прочных «хомутков» не представляется сложным. Столбы лучше всего сделать комбинированными: низ (зарытый в землю) – два обрезка асбоцементных труб диаметром 120 мм, а верх – деревянный. Таким образом, и гнить не будет, и закрепить перекладину гораздо легче...

Третий элемент «городка аттракционов» – своеобразная «шведская стенка». Ее отлично можно соорудить из нескольких гладко обработанных шкуркой и покрашенных черенков для лопат или грабель и двух столбов, врытых (по уже приведенному принципу) в отведенном для этого углу участка. Но такую же стенку можно соорудить и с тыльной стороны деревянного садового домика. Для этого достаточно прикрепить к стене два бруска сечением 50х50 мм (с отступлением от стены на 8–10 см) и, просверлив в них с помощью плоского сверла определенное количество отверстий, сделать «шведскую стенку», которая не будет зависеть от качества врытых в землю столбов и защищена от гниения.

Все это, конечно, хорошо, скажете вы. Но ведь Диснейленд это не только игры, но и герои любимых сказок. А где взять этих самых героев? Если вы обладаете определенными художественными навыками и способностями, то без труда, используя старые пни и оставшиеся от строительства дома обрезки бревен, сможете вырезать с помощью пилы, топора и стамески различные парковые скульптуры. И не важно, если не все они получатся похожими на известных литературных персонажей. Немного таинственности, фантазии и – новый, абсолютно «эксклюзивный» Чебурашка или железный Дровосек, сооруженный из родного материала Буратино, к услугам маленьких обитателей дачи!

Мы приглашаем вас к разговору о «стране детства», которая существует на ваших 6, 8 или 12 сотках. Пишите нам, присылайте фотографии, рисунки. Наиболее интересные мы обязательно опубликуем. А изобретателя самого любопытного «экспоната» (действующего) ждет небольшой, но приятный приз. До встречи!

Анна КОСТИНА

БОЛЬШИЕ ДЕЛА МАЛЕНЬКИХ ДАЧНИКОВ

Первые выезды с ребенком на дачу - эпохальное событие в жизни каждой семьи. Замечательно, когда ребенок может целый день дышать свежим воздухом! Но было бы еще и неплохо, если бы этот малыш дышал им самостоятельно, в специально отведенном месте и не мешался под ногами у взрослых. «Мечтать не вредно», – скажет со вздохом любая мама двух-четырехлетнего малыша. Однако ничего фантастического в таком варианте нет – все зависит от того, насколько грамотно вы сможете организовать ребенку досуг на дачном участке.

Самая распространенная ошибка – это стремление «привязать» ребенка к себе, включить его хотя бы условно в совместную деятельность. При этом вы тратите половину рабочего времени на инструкции, а вторую половину – на контроль и исправление ошибок. В результате оказывается, что за день не сделано ничего, а вы вместо приятной усталости от физического труда ощущаете лишь неудовлетворенность и раздражение. А все дело в том, что вы неправильно распределили обязанности. У каждого на даче должно быть свое дело, свой фронт работ. Он должен быть и у самых маленьких дачников.

Не существует ребенка, которого бы не привлекала вода. Если вы поставите таз с водой, выдадите несколько пластиковых бутылок, кружку, ложку, короче, все, что окажется у вас под рукой, вы будете спокойно работать час–полтора. Затем добавьте к этому набору миску, наполненную камешками, и в вашем распоряжении еще минут сорок. От вас требуется только идея, а уж как ее воплотить, ребенок разберется сам.

Первые дачные открытия порой определяют мировоззрение ребенка на всю жизнь. Скажем, вы всю зиму совместно с классиками детской литературы бились над воспитанием любви ко всему живому. А сегодня, даже не задумываясь над тем, какие противоречивые чувства может вызвать у ребенка ваш поступок, вы чисто механически, без тени сомнений, снимаете с кустика смородины лохматую оранжевую гусеницу и смачно давите ее ногой. Собранные с картофельных побегов полосатые колорадские жуки летят в костер, туда же отправляются и спрятавшие в свой домик рожки улитки. Некоторые бабушки даже поощряют своих маленьких внуков, когда они гоняются за жучками и давят их своими пухленькими ножками. Ребенок не должен быть свидетелем таких сцен. Эти первые уроки жестокости никогда не проходят даром. Кто знает, когда и при каких обстоятельствах они дадут о себе знать в будущей жизни малыша? Как вы объясните ребенку, что убиваете жучка только за то, что он больше вас любит листики свежего салата?

Зато рассматривать все маленькое и живое дети просто обожают. Они с удовольствием займутся коллекционированием живых насекомых, если вы дадите несколько стеклянных баночек и покажете, как лучше ловить жучков. Ребенок будет занят часами, играя с насекомыми и ухаживая за ними. И обязательно проявляйте интерес к играм своего ребенка, отзываясь о них, как о серьезном и полезном деле.

Юлия МИХАЙЛОВА,
психолог

СОСЕДСТВО С ПЧЕЛАМИ –

ском, а 1–2 оставляются пустыми. Перевернутые, они могут сыграть роль столика (подставки) или сиденья для малыша. Кроме того, один из ящиков можно превратить в маленькую клумбу (это создаст дополнительную привлекательность игровому полю).

Врыв в землю два крепких столба и укрепив по верху прочную перекладину из обрезка водопроводной трубы, вы гладко обработанных шкуркой и покрашенных черенков для лопат или грабель и двух столбов, врытых (по уже приведенному принципу) в отведенном для этого углу участка. Но такую же стенку можно соорудить и с тыльной стороны деревянного садового домика. Для этого достаточно прикрепить к стеступлением от стены на 8–10 см) и, просверлив в них с помощью плоского

Мы приглашаем вас к разговору о «стране детства», которая существует на ваших 6, 8 или 12 сотках. Пишите нам, присылайте фотографии, рисунки. Наиболее интересные мы обязательно опубликуем. А изобретателя самого любопытного «экспоната» (действующего) ждет небольшой, но приятный приз. До встречи!

Анна КОСТИНА

детелем таких сцен. Эти первые уроки жестокости никогда не проходят даром. Кто знает, когда и при каких обстоятельствах они дадут о себе знать в будущей жизни малыша? Как вы объясните ребенку, что убиваете жучка только за то, что он больше вас любит листики свежего салата?

Зато рассматривать все маленькое и живое дети просто обожают. Они с удовольствием займутся коллекционированием живых насекомых, если вы дадите несколько стеклянных баночек и покажете, как лучше ловить жучков. Ребенок будет занят часами, играя с насекомыми и ухаживая за ними. И обязательно проявляйте интерес к играм своего ребенка, отзываясь о них, как о серьезном и полезном деле.

Юлия МИХАЙЛОВА,
психолог

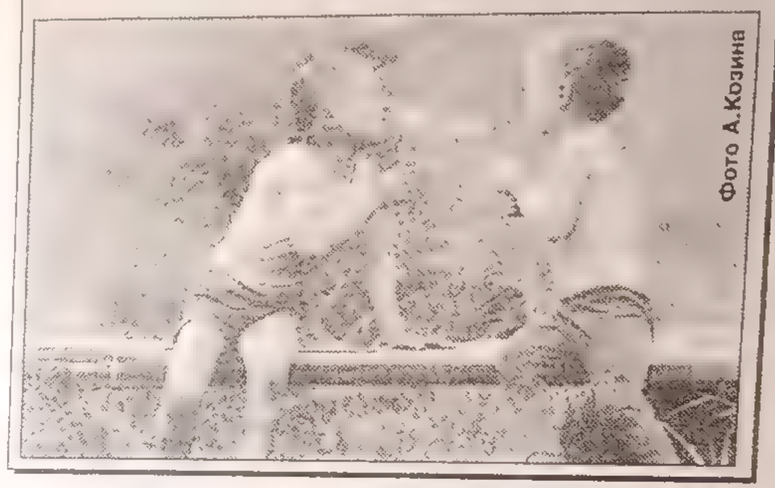
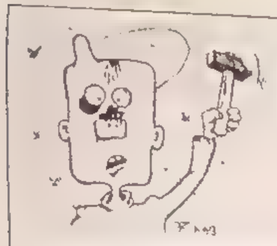


Фото А.Козина



СОСЕДСТВО С ПЧЕЛАМИ – НЕ ТОЛЬКО МЕД!

Конец весны – начало лета – чудесная пора, и вот нас переполняет любовь ко всему живому: прыгающему, бегающему, ползающему и растущему. Но, о ужас! – в нас уже нацелены всяческие жала, хоботки и челюсти, уже расцветают цветочки и созревают ягодки, которые впереди... Все, конечно, не так плохо, но все же не стоит забывать об осторожности, особенно если рядом с вами дети.

Пчелы, осы, оводы и шмели, комары и клещи – вот, возможно, неполный список «братьев наших меньших», с которыми лучше не встречаться «нос к носу». Одиночные укусы насекомых (пчел, ос, шмелей и оводов), обычно вызывают боль, отек, зуд и покраснение места укуса. Для взрослого проблема может этим и ограничиться, но у маленького ребенка, особенно если его укусили в шею, в лицо, в глазик, в язык или в губки, бывает довольно тяжелая общая реакция: слабость, тошнота, озноб, головная боль и головокружение. Может подняться температура и даже возникнуть судороги. Не стоит рассчитывать, что все «само пройдет»! Товарищи родители, примите меры!

А сделать нужно вот что:

во-первых, если в ране осталось жало, его необходимо удалить пинцетом;

во-вторых, протереть место укуса спиртом, водкой или одеколоном, а при укусе слепня – обработать ранку зеленкой или йодом;

желательно приложить к месту укуса холод или нанести преднизолоновую мазь;

если укусов много или если даже в ответ на одиночный укус развивается тяжелая реакция, нужно дать антигистаминный препарат (кларитин или супрастин, пипольфен, димедрол) и почаще поить ребенка горячим чаем.

Иногда встречается особо высокая чувствительность к ядам насекомых.

При этом в ответ на укус насекомого может развиться тяжелейшая аллергическая реакция. Как правило, родители осведомлены о гиперчувствительности ребенка к укусам насекомых, но, к сожалению, некоторые могут и впервые встретиться с этой ситуацией вдали от дома. Вот краткая памятка на такой случай.

Наиболее опасен острый отек языка и гортани – при этом быстро развивается дыхательная недостаточность и удушье. Дыхание становится частым, поверхностным, хрипящим; появляется осиплость голоса. В дальнейшем, если не оказать помощь, состояние может быстро ухудшаться, вплоть до потери сознания, судорог... Опасное для жизни ребенка состояние! Его исход зависит прежде всего от быстроты и корректности оказания неотложной помощи, т.е. от того, насколько именно вы сами будете в состоянии помочь ребенку.

Не теряйте самообладания! Усадите пострадавшего, ослабьте воротник, обеспечьте доступ свежего воздуха. В вашей аптечке должны быть адреналин и преднизолон, а также одноразовые шприцы.

Внимательно вслух прочтите название препарата, указанное на ампуле. Это должна быть ампула темного стекла, объемом 1 мл, на которой написано «Адреналина гидрохлорид»

Наберите в шприц необходимое количество адреналина (из расчета 0,1 мл на каждый год жизни, но не более 1 мл (т.е. одной целой ампулы), если ребенок младше 13–14 лет. Если ребенок старше 13–14 лет, можно вводить единовременно до 2 мл адреналина (2 ампулы), как и взрослым.

Чтобы снять отек гортани и языка, укол лучше всего делать внутримышечно (в дельтовидную мышцу плеча, туда, где «оспа»).

Адреналин поможет снять местный отек, а справиться с общей реакцией организма на аллерген поможет преднизолон, который вводится в мышцу (в ягодицу или верхнюю треть плеча), исходя из тех же расчетов, что и адреналин.

Независимо от того, улучшилось состояние ребенка или нет, как можно скорее доставьте ребенка в ближайшее лечебное учреждение. Желательно, чтобы ребенок во время транспортировки находился в полусидячем положении.

Константин АНИН,
врач

ЖИТЕЛИ СЕЛА И ДАЧНИКИ!

Насосы «Малыш» и «Малыш-М» сохранят ВАМ силы и время.
Плоскорезы Фокина обеспечат удовольствие от работы в саду и огороде.
Аккумуляторы холода помогут до 2-х суток хранить продукты в пути и на даче.

А еще у нас есть саженцы, рассада земляники, овощей (картофеля!!!) и многое другое.

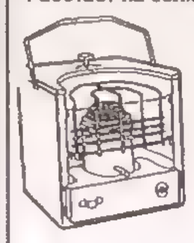
Агрофирма «НАШ САД»

Тел.: 179-00-00, 179-10-11.

Адреса магазинов: ул. Люблинская, 12, ул. Каспийская, 36.

ЧУДО-ПЕЧЬ ФИРМЫ «ФАЛЬКО-ЕККЕЛЬ»

для отопления дач, теплиц, строек, гаражей и приготовления пищи.
Работает на солярке или керосине. Оптимальное отапливаемое помещение 50 м³.



тепловая мощность – 2 кВт; расход топлива – 120 г/час;
размеры – 37x40x35 см, вес – 5,5 кг

ЦЕНА:

розничная		– 500/430 руб.
опт.	– от 5 шт.	– 450/400 руб.
	– от 20 шт.	– 420/380 руб.

- ДЕШЕВОЕ И ДОСТУПНОЕ ТОПЛИВО;
- ЭКОНОМИЧНОСТЬ;
- БЕЗ ДЫМОХОДА, ЗАПАХА И КОПОТИ.

НАЛОЖЕННЫМ ПЛАТЕЖОМ НЕ ВЫСЫЛАЕМ

Москва, ст. м. «Авиамоторная», ул. Авиамоторная, 22/12 (помещение ателье «Лидия»).
Тел. (095) 362-18-24. Будни 9.00–18.00, суббота 9.00–15.00.

Фирма «КОМФОРТ»

ТЕПЛОВЕНТИЛЯТОРЫ для ДАЧ

от производителя

Быстро обогреют вашу дачу, гараж, парник.
Легкие, экономичные.
Гарантия и сервисное обслуживание.

Тел./факс: (095) 368-00-77

Москва, Электродная ул., д. 13 (ст. м. «Ш. Энтузиастов»)

В киосках «МЕДОВЫЙ СПАС»

Вы можете приобрести:
Вощину, воск
Пчеломатки
Пчелосемьи
Пчелопакеты
Семена медоносных растений
Пчелоинвентарь

Консультации
«Эффективные технологии пчеловождения»

На станциях метро:
«Киевская», «Белорусская», «Курская», «Новослободская», «Менделеевская», «Войковская», «Тимирязевская».

Широкий выбор меда, прополиса, пыльцы и маточного молочка лучших отечественных производителей.
Бесплатная консультация апитерапевта.
Гибкая система скидок.

Справки по тел.: 191-83-41, 946-62-24 с 8 до 23.

Если вы хотите защитить себя, дом, садовый участок от негативных воздействий, недоброжелательных соседей и других отрицательных факторов, обращайтесь к нам.

Салон белой магии оказывает все виды магических услуг, проводит очное и заочное практическое обучение по программе: биоэнергетика, ясновидение, биолокация, все виды гадания, ТАРО, белая магия (талисманы, амулеты, пантакли) и мн. др.

По окончании выдается диплом с правом работы.

«999» Тел. 208-64-70 (с 8.00 до 24.00)

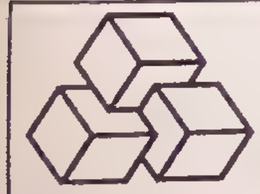
Свид. N СВ-7/10926.

Бытовые ГАЗОВЫЕ

баллоны, плитки, редукторы и все

для бытовых газовых систем оптом и в розницу.
Возможна доставка по Москве и Подмосковью.

Тел. 903-05-43,
с 11 до 16 ч.



АО «СТРУКТУРА-ЦЕНТР»

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ САДОВЫХ УЧАСТКОВ

Триммеры,
электрокосы, ГАЗОНОКОСИЛКИ,
ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПОЛИВА, ШЛАНГИ,
насосные станции автономного водоснабжения,
ОПРЫСКИВАТЕЛИ,
бензопилы.

Москва, 107082, Новопереведеновская ул., д. 7, подъезд 4.
Тел.: 266-26-98, 262-02-44.

ОТОПЛЕНИЕ БЕЗ ПРОБЛЕМ

Эффективность электроконвектора «Сатурн-350» по сравнению со стационарными водяными отопительными системами – примерно вдвое выше!

В конструкции электроконвектора не используются горючие материалы, что обеспечивает полную пожаробезопасность прибора.

Продолжительность безотказной работы электроконвектора при нормальных условиях эксплуатации – до 20 лет.

Гарантия производителя – 3 года.

При монтаже индивидуальной системы отопления модульный электроконвектор «Сатурн-350» заменяет пятисекционный чугунный радиатор или стальной радиатор размером 500x400 мм. Стоимость оборудования и монтажа при использовании электроконвекторов «Сатурн-350» на 40% меньше, чем традиционная с использованием отопительных котлов, радиаторов, труб и монтажа водяного отопления.

ПРИНЦИПИАЛЬНАЯ СХЕМА УСТРОЙСТВА ОТОПЛЕНИЯ

1. Электроконвектор
2. Комнатный термостат
3. Электропроводка

Москва (095) 916-33-56, 916-00-39, 491-76-74.

По сравнению с импортными аналогами стоимость электроконвектора «Сатурн-350» при тех же эксплуатационных характеристиках – в три раза ниже!

МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ ПОЧВОВЕДЕНИЯ
КАФЕДРА АГРОХИМИИ

ДАЧНИКАМ И ФЕРМЕРАМ!

- **комплексный анализ почв**, грунтовых и сточных **вод** (натрий, фосфор, калий, тяжелые металлы и др.);
- **оценка плодородия** с рекомендациями по выращиванию овощных и др. культур;
- **профессиональный подход, низкие цены.**

тел. 939-26-19

ПЛОСКОРЕЗ ФОКИНА

Предлагает Агрофирма со склада, а также

- Укрывной материал Агротекс 17, 30, 42,
- Мульчирующий (черный) 60.

Цена от 50 руб.

ФАНЕРА

(водостойкая, ламинированная, 4...30 мм, 1525x1525, 1220x2440)

НПФ "ТЭМ-Сервис"
Тел./факс:
(095) 921-1049, 928-4033

ТЕПЛОСЧЕТЧИК ТЭМ-05М

ЗАО «ОСО»

предлагает со склада

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПОЛИВА, ШЛАНГИ,
насосные станции автономного водоснабжения,
ОПРЫСКИВАТЕЛИ,
бензопилы.
Москва, 107082, Новопереведеновская ул., д. 7, подъезд 4.
Тел.: 266-26-98, 262-02-44.

При монтаже индивидуальной системы отопления модульный электроконвектор «Сатурн-350» заменяет пятисекционный чугунный радиатор или стальной радиатор размером 500x400 мм. Стоимость оборудования и монтажа при использовании электроконвекторов «Сатурн-350» на 40% меньше, чем традиционная с использованием отопительных котлов, радиаторов, труб и монтажа водяного отопления.

2 Комнатный термостат
3 Электропроводка
1 2 3

Москва (095) 916-33-56, 916-00-39, 491-76-74.
По сравнению с импортными аналогами стоимость электроконвектора «Сатурн-350» при тех же эксплуатационных характеристиках – в три раза ниже!

- **оценка плодородия** с рекомендациями по выращиванию овощных и др. культур;
- **профессиональный подход, низкие цены.**

тел. 939-26-19

ПЛОСКОРЕЗ ФОКИНА

Предлагает Агрофирма со склада, а также

- Укрывной материал Агротекс 17, 30, 42, Мульчирующий (черный) 60. **Цена от 50 руб.**
- Широкий ассортимент семян.

Тел. 943-01-17/18.

Ул. М. Бирюзова, д. 8, корп. 4, подъезд 4.
150 м от метро «Октябрьское поле».
С 9 до 19 без перерыва на обед, кроме субб. и воскр.

ФАНЕРА

(водостойкая, ламинированная, 4...30 мм, 1525x1525, 1220x2440)

доставка **ЕВРОВАГОНКА, УТЕПЛИТЕЛЬ URSA, ДСП, ОСП** со склада

334-31-21, 335-71-66

НПФ "ТЭМ-Сервис"
Тел./факс: (095) 921-1049, 928-4033

ТЕПЛОСЧЕТЧИК ТЭМ-05М

- *Поставка, гарантийное и послегарантийное обслуживание*
- *Проектирование, монтаж и техническое сопровождение узлов учета тепла*

Установка узлов учета тепла в рассрочку

ЗАО «ОСО»

предлагает со склада в г. Москве:

- ✓ тележка садовая – 280 руб.
- ✓ лопаты – 24 руб.
- ✓ плуг-окучник – 90 руб.
- ✓ велобагажник – 22 руб.
- ✓ насосное оборудование.

Тел.: 180-35-92, 180-10-61

Если вы хотите опубликовать бесплатное объявление в выпускаемой издательским домом "Мир новостей" газете "Мир садовода", заполните, вырежьте и пришлите по указанному адресу.

Купон бесплатного частного объявления

Адрес: 101000 Москва, Главпочтамт, а/я 2102
Ф.И.О. _____
Тел. _____

Текст объявления (не более 40 знаков – номер телефона)

_____
_____
_____
_____

НЕ ЗАБУДЬТЕ ВЗЯТЬ С СОБОЙ
ПРИБОР-ЗДОРОВЬЕ

Вы сами:

- Контролируете свое здоровье
- Определяете причины заболеваний
- Выбираете программы оздоровления
- Следите за ходом лечения.

Доступно всем.
Необходимо в каждой семье!
(095) 955-14-14

Серт. соответствия МЗ РФ

ОРТОПЕДИЧЕСКИЕ САЛОНЫ

«ПАРИЗО»

Бесплатная консультация врачей-ортопедов;

ПОДБОР:
супинаторов, межпальцевых корректоров, поясничных, шейных бандажей, наколенников, корректоров осанки.

Ортопедические подушки, трости, ходилки и т.д.

Лиц. 5182/5178

Тел.: 973-24-59; 423-84-88; 533-33-36.

ООО «ФАВОРИТ»

- Водопровод из п/э для дачи.
- Соединительные фитинги (латунь).
- Дуги для парника дл. 2,5; 3,0; 4,0 м.
- Пленка для парника. армиров. – 200 мкм, гладкая – 100–150 мкм (шир. 3 м, 4 м, 6 м).

тел.: 306-50-72, 306-50-73, 306-43-03.
1-я Владимирская, д. 22, к. 2.
М. «Перово».

Кирпич ПЕЧНОЙ
каминный, фигурный
Лист КРОВЕЛЬНЫЙ
резино-тканевый, волновой
БИТУМ (упак. 25-50 кг)
рубероид, пергамин
Доставка, склад.
273-30-82, 273-35-90.

Волги ГАЗ-3110
МОСКВИЧ-2141
ТАКСИ для ВАС
КРУГЛОСУТОЧНО
т.:720-03-66, 720-02-99
подача БЕСПЛАТНО в пределах 20 км от МКАД
Приглашаются водители со своим автотранспортом

ландшафтный центр
«ЗЕМЛЯНИЧНЫЕ ПОЛЯ»

- ЧЕРНОЗЕМ, ТОРФ, ЭКОЛОГИЧЕСКИ ЧИСТЫЙ РАСТИТЕЛЬНЫЙ ГРУНТ и др.;
- все виды ландшафтных работ – «под ключ»;
- конструкции зимних [illegible] из США (гарантия [illegible]);
- [illegible] беседки, перголы.

Тел.: (095) 285-80-33, 285-89-61.
Пейджер: 913-29-29, абонент «Земля».

ШИФЕР РЕЗИНОВЫЙ ВОЛНОВОЙ
ВОДОСЛИВЫ
ПЕЧИ ДЛЯ БАНЬ, САУН, ДАЧ
ПЕЧНЫЕ ТРУБЫ
Москва, ул. Грайвороновская, д. 6.
Тел. 173-26-54, 173-32-43.

ПЛЕНКА ПАРНИКОВАЯ
дешево
центр-2000 *215-35-44* *215-34-00*

Доктор Харчевников Г.М. - К.М.Н.
ЭПИЛЕПСИЯ, ОСТЕОХОНДРОЗ
и другие болезни.
Уникальные опыт и методы.
Кабинет рядом с метро.
412-15-45.

Лиц. 5734/5730.

ДУШ «Дачник»
педальный,
300 руб. с доставкой.
Завод ВПК «Восход».
Вес 3 кг.
Тел. 470-26-80

фирма «СОФРА»
[illegible]
тел/факс. 095/ 584-3752, [illegible]
(253) 6-11-32

фирма «Мир»
СЕМЕНА
овощей, цветов, химикаты
[illegible] и в розницу - от 35 лет
953-30-75
[illegible]

АООТ «АГРОИНСЕРВИС»
ИЗГОТАВЛИВАЕТ
металлические двери, сетчатые ограждения, столбы, садовые ворота, гаражи.
Т.: 700-14-02, 700-13-04.

РЫБАК – РЫБАКУ

МЕСТА ЗНАТЬ НАДО...

Как это часто бывает: встретишь на дороге «добытчика» – грибника с полной корзиной, бабусю с туеском, наполненным отборной малиной, рыбака, отягощенного хорошим уловом, и первый вопрос – откуда такое богатство? А в ответ, как правило, уклончивое: «Места знать надо...» Места, действительно, знать надо – и грибные, и рыбные...

В Подмосковье достаточно много мест, где можно посидеть с удочкой с пользой для дела. Попробуем напомнить читателям «рыболовную географию».

Иваньковское водохранилище или Московское море. Это одно из любимых рыболовами мест. Добираться до берегов Иваньковского водохранилища можно по-разному. Чаще всего это делают на электричке, отправляющейся с Ленинградского вокзала. Рыболовы едут до ст. Завидово, Московское море, Редкино. От Редкина в сторону пос. им. Радченко ходит рейсовый автобус, выходить из которого нужно на остановке «Турбаза», а от ст. Завидово и Московское море до рыбных мест и вовсе пешком дойти можно – километра два, не больше... Если вам удобнее Савеловский вокзал, то ехать нужно до ст. Большая Волга, а оттуда, переправившись на пароме, вы попадаете в заповедные места...

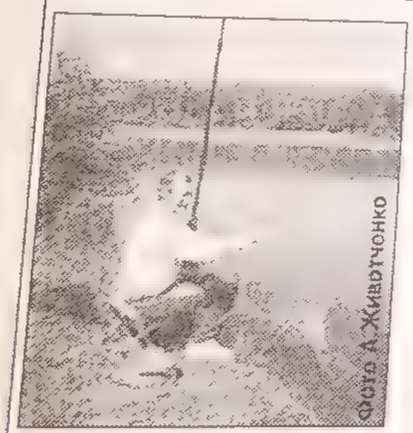


Фото А.Животченко

В Московском море водятся и хорошо ловятся плотва, окунь, щука, подлещик, судак, пелядь, волжский сиг, сом и даже угорь! Последний, правда, встречается не везде...

По этой же Ленинградской дороге есть еще одно рыболовное место – Истринское водохранилище. Тут ловятся лещ, судак, щука, сом, плотва, уклейка... Добираться можно до ст. Подсолнечная, а далее рейсовыми автобусами в сторону деревень Пятница, Лопотово или Обухово. Если вы поедете на электричке с Рижского вокзала, то, чтобы попасть на Истринское водохранилище, вам нужно выйти на ст. Истра, а далее автобусом до д. Грайвороново. До хороших рыбных мест около 5 километров, но зато улов в этих краях отменный!

Мы обязательно продолжим нашу «рыболовную географию» в следующих номерах газеты, а пока – удачи!

Андрей ГУСЕВ

ЧИСТОТЕЛ – ЛЕКАРЬ ОТ БОГА!

Это растение создано природой как лучший и незаменимый помощник человека в борьбе с самыми различными заболеваниями. Народная медицина заслуженно отдает именно чистотелу первое место в ряду растений-целителей, облегчающих страдания и способствующих полному выздоровлению, если знать свойства чистотела и уметь ими пользоваться в случае надобности.

Достоинства чистотела прекрасно были известны нашим предкам. Обычно он произрастает как сорное растение, особенно распространенное в черноземной полосе. У заборов огородов, на обочинах дорог и в палисадниках чистотел мирно сосуществует с овощами и цветами, причем хозяйки не стремятся к его полному искоренению – он очень красив и не вредит огороду, домашний доктор – всегда под рукой. Его яркая зелень легко узнаваема – даже по описанию вы не ошибетесь в определении чистотела. Листья его слажены прихотливо, с художественным совершенством – они округло-вырезные, очень красивой формы, розеткой окружают пышный куст, взбегая на его прямостоящие стебли, увенчанные ярко-желтыми цветочками в виде четырехлепесткового крестика. Именно такой формы были нательные кресты наших предков, отлитые из червонного золота. А природа пометила этим знаком чистотел – кто знает, случайно ли это совпадение? Такой же золотой окраски сок чистотела, его солнечная кровь, которая выступит яркой каплей из сорванного стебля или листа. Сок, окисляясь, оставляет темные, не выводимые стиркой пятна на одежде, запах от растертого листа чистотела сильный и неприятный, горьковато-лекарственный. Плоды чистотела вызревают в стручковидных коробочках, они представляют собой глянцевые темные мелкие семечки. Интересно, что рассеивать чистотел помогают муравьи – вокруг его семечка есть отростки, которые представляют собой лакомство для муравьев (а может быть – лекарство?); поедая эти отростки, муравьи разносят неповрежденные семена по всей округе.

О лекарственной силе чистотела написаны целые тома. Однако попробуем это сделать кратко. Пользуйтесь соком чистотела при лечении наружных ссадин и ранок: очистите травмированное место, нанесите свежевыступивший сок на кровоточащую ранку – кровь быстро остановится. Сотрите ее чистым листом чистотела, еще раз нанесите свежий сок на место травмы. Через несколько дней черный струп сойдет, под ним будет розовая кожа без признаков воспаления. Антисептическое действие чистотела очень сильное и надежное. В деревне и на даче йод и зеленка не нужны, если есть чистотел – он не только дезинфицирует, он заживляет ранки с несравненной быстротой. Стертые ноги, царапины – все вылечит чистотел.

Если у вас на даче заболел зуб, то свет вам становится не мил. Не отчаивайтесь: рядом чистотел. Рецепт очень прост – в дупло больного зуба вложите компактную, по размеру дупла, ватку, смоченную свежим соком чистотела. Когда будете есть, ватку выбросьте, потом почистите зубы и повторите процедуру; на ночь оставляйте «пломбочку» в дупле. И случится чудо – вы будете спать спокойно, зуб болеть не будет, ваши дачные дни будут спасены. А по возвращении домой вы отремонтируете свой зуб, у вас не будет флюсов и воспалений. Надежность этого рецепта – 100%.

Во многих случаях чистотел принимают внутрь, но здесь рецепты более сложны, т. к. чистотел ЯДОВИТ. Маленькая капелька не повредит, но в отдельных случаях надо знать дозировку – чистотел – ОЧЕНЬ СИЛЬНОЕ ЛЕКАРСТВО. Принимают его внутрь как очищающее слизистую внутренних органов и сильное желчегонное средство. Особенно осторожными должны быть те, кто страдает болезнями почек, им чистотел при приеме внутрь опасен. Что же принимают внутрь? Не более 1 капли свежего сока (желчегонное при некалькулезном холецистите, при характерных болях в правом подреберье от застоя желчи). Зимой я использую сушеную траву, она, растертая в мелкий зеленый порошок, служит мне ту же службу - я принимаю треть кофейной ложечки порошка, запивая его водой. Сушеный лист не горек, если его не держать во рту, а быстро проглотить, запивая водой. Достаточно двух раз в день, чтобы боль ушла и все наладилось.

Татьяна ВАЛЬЧУК

СЕРЕБРО ДЛЯ ПОМИДОРА

ших рыбных мест около 5 километров, но зато улов в этих краях отменный!

Мы обязательно продолжим нашу «рыболовную географию» в следующих номерах газеты, а пока — удачи!

Андрей ГУСЕВ

ком чистотел — кто знает, случайно ли это совпадение? Такой же золотой окраски сок чистотела, его солнечная кровь, которая выступит яркой каплей из сорванного стебля или листа. Сок, окисляясь, оставляет темные, не выводимые стиркой пятна на одежде, запах от растертого листа чистотела сильный

жевыступивший сок на кровоточащую ранку — кровь быстро остановится. Сотрите ее чистым листом чистотела, еще раз нанесите свежий сок на место травмы. Через несколько дней черный струп сойдет, под ним будет розовая кожа без признаков воспаления. Антисептическое действие чистотела очень сильное и надежное. В деревне

служит мне ту же службу — я принимаю треть кофейной ложечки порошка, запивая его водой. Сушеный лист *не горек, если его не держать во рту, а быстро проглотить, запивая водой.* Достаточно двух раз в день, чтобы боль ушла и все наладилось.

Татьяна ВАЛЬЧУК

Фото А.Струнина

● ПОСИДЕЛКИ

Звезды – и театра, и кино – тоже люди. Во всяком случае, большинство из них в обычной жизни ведут себя точно так же, как люди, сидящие в зрительном зале: плачут, смеются, любят пельмени или пироги и даже любят копаться в земле. В какой жизненной ситуации человек наиболее раскрепощен и естествен? Разумеется, наедине с Природой! Общение с природой для большинства современных людей происходит на «фазендах», дачках и «дачурках». Кто из актеров более других подвержен «дачной болезни», рассказывает Геннадий ФРОЛОВ

Звезды на грядке

Вот уже лет семь **Александр Белявский** строит (и все никак не достроит) дачу под Звенигородом: то денег не хватает, то материалов, а то новые идеи возникают. Сам Александр Борисович сложа руки не сидит. Он не только дает указания строителям, но и активно трудится на персональной стройке. Сам печь переложил, лестницу сделал, крыльцо построил по своему вкусу...

Впрочем, как свидетельствует фото, А.Белявский еще и гурман – пироги с кремом любит!

Несколько лет назад **Лариса Лужина**, *как ветеран кино, получила земельный участок в пятидесяти километрах от Москвы под Истрой.* Вместе с мужем поставили бытовку, посадили кой-какую зелень. Лариса уверена, что скоро она превратится в настоящую подмосковную дачницу.

Очень любит копаться в земле и сажать **Татьяна Конюхова**. У актрисы уже 35 лет на 45-м километре Старо-Калужского шоссе стоит финский домик-развалюха. Но участок у Татьяны Георгиевны просто замечательный. Растет могучий кедр высотой более десяти метров. Его актриса «умыкнула» с лесной делянки саженцем, когда ездила на Валдай на съемки. Сейчас это настоящий сибирский красавец. Но орехи на нем будут только в семидесятилетнем возрасте... Конюхова очень любит кедр, и он ее тоже любит – приветствует при встрече волной хвойного аромата. У актрисы растут розы, тридцать кустов, из «палочек» выращенные. Овощей немного – «японская икебана»: петрушка, лучок, салатик... Есть и яблоки. Иногда их бывает так много, что неизвестно куда девать. Раздают друзьям, знакомым...

Ирина Розанова больше всего любит отдыхать на малой родине, в рязанском селе Насурово, где у родителей участок земли. Там актриса, как и все российские дачники, копается в земле, сажает картошку и другие овощи, пропалывает грядки, убирает урожай. Правда, в последние годы все больше и больше приходится заниматься дачными заботами на участке у подруги, актрисы **Елены Цыплаковой**. Больше всего подружки любят выращивать огурцы, которые потом солят и закатывают в банки.

Фото Г.Белоцерковского

Ирина Розанова: дачница и актриса

ПРОСТО АНЕКДОТ

Профессор обращается к студенту:
– Поймите, дорогой, на экзамене – как в театре: вы актер, а я только зритель.
– Отлично, профессор! Значит, я могу пригласить суфлера?

* * *

– Знаете, человек моей профессии никогда не может быть уверен в завтрашнем дне.
– Вы, наверное, сапер?
– Нет, я метеоролог...

* * *

Жена нового русского у гадалки. Та раскидывает карты:
– Приготовьтесь, сударыня, уже в этом году ваш муж умрет страшной и мучительной смертью!
– Скажите, а меня потом оправдают?

* * *

Встречаются бывшие одноклассники:
– А ты где учишься?
– В медицинском.
– Это хорошо. А я в ветеринарном. Когда закончим, сможем лечить друг друга...

* * *

К директору фирмы приходит желающий устроиться на работу:
– Мне сказали, что вы ищете нового кассира?
– Да, и старого тоже..

* * *

Разговаривают Чапаев и Петька.
– Василий Иванович, а ты мог бы литр водки выпить?
– Мог бы, Петька.
– А два?
– И два выпил бы...
– А ведро?
– Могу, Петька, могу!
– А цистерну?!
– Ну и дурак же ты, Петька! Где же я возьму такой здоровый огурец на закуску?

* * *

Жена решила отдыхать

Впрочем, как свидетельствует фото, А.Белявский еще и гурман – пироги с кремом любит!

Несколько лет назад **Лариса Лужина**, как ветеран кино, получила земельный участок в пятидесяти километрах от Москвы под Истрой. Вместе с мужем поставили бытовку, посадили кой-какую зелень. Лариса уверена, что скоро она превратится в настоящую подмосковную дачницу.

Очень любит копаться в земле и сажать **Татьяна Конюхова**. У актрисы уже 35 лет на 45-м километре Старо-Калужского шоссе стоит финский домик-развалюха. Но участок у Татьяны Георгиевны – «палочек» выращенные. Овощей немного – «японская икебана»: петрушка, лучок, салатик... Есть и яблоки. Иногда их бывает так много, что неизвестно куда девать. Раздают друзьям, знакомым...

Ирина Розанова больше всего любит отдыхать на малой родине, в рязанском селе Насурово, где у родителей участок земли. Там актриса, как и все российские дачники, копается в земле, сажает картошку и другие овощи, пропалывает грядки, убирает урожай. Правда, в последние годы все больше и больше приходится заниматься дачными заботами на участке у подруги, актрисы **Елены Цыплаковой**. Больше

Ирина Розанова: дачница и актриса

* * *

Разговаривают Чапаев и Петька.

– Василий Иванович, а ты мог бы литр водки выпить?

– Мог бы, Петька.

– А два?

– И два выпил бы...

– А ведро?

– Могу, Петька, могу!

– А цистерну?!

– Ну и дурак же ты, Петька! Где же я возьму такой здоровый огурец на закуску?

* * *

Жена решила отучить мужа от выпивки. Завернулась в белую простыню, взяла в руки свечу и стала будить пьяного мужа...

– Кто ты? – заорал с испугу проснувшийся мужик.

– Я – сатана!

– А... Тогда давай обнимемся по-братски: ведь я уже столько лет женат на твоей сестре!

● СМЕХ ДА И ТОЛЬКО!

РЫБАЛОЧКА

Наконец-то Ивану Петровичу удалось вырваться на рыбалку! С головой загруженный работой, он таки умудрился выкроить денек и смотаться на свою любимую речку Лопать...

Удобно устроившись на берегу в известном ему рыбном месте, Иван Петрович насадил на крючок вертлявого червя и, забросив удочку, принялся ждать. Стояло тихое теплое утро – клев обещал быть знатным...

Но не успел Иван Петрович просидеть и трех минут, как на другом берегу реки показались три бабы с детьми. Скинув мешковидные платья, женщины с грохотом глубинных бомб ухнулись в воду. За ними с отчаянным визгом ринулись и ребятишки...

Иван Петрович тяжело вздохнул, но – что делать! – приходилось ждать окончания этого купального безобразия.

Лишь когда наплюхавшись вусмерть, взмутив всю воду в речке, купальная компания наконец покинула берег, Иван Петрович немного повеселел.

– На муть и рыба придет! – оптимистично подумал он.

Заменив на крючке полудохлого червя, Иван Петрович замер в ожидании поклевки.

Но не тут-то было! Не прошло и минуты, как где-то внизу по течению послышался нарастающий рев – через несколько мгновений из-за поворота реки вылетела моторная лодка и, промчавшись в метре от поплавка, устремилась вверх по течению. В лодке, ведомой каким-то юнцом, гоготали и веселились две деревенские барышни и надсадно орал магнитофон.

Иван Петрович выругался, стукнул себя кулаком по голове и снова принялся ждать. Ждать ему пришлось долго. Наконец поплавок вздрогнул и уже собирался было начать свой веселый танец, как рев моторки послышался вновь и все та же лихая компания с гиканьем промчалась вниз, оставив на воде пену и радужные бензиновые пятна.

Иван Петрович швырнул удочку оземь и, обхватив голову руками, заплакал.

Лишь минут через двадцать, немного успокоившись, незадачливый рыболов рискнул снова забросить удочку. Через некоторое время поплавок зашевелился, мелко задрожал и...

– Эй, дядя! – услышал Иван Петрович голос за спиной. – Ну как клюет?

Иван Петрович оглянулся – прямо перед ним стоял небритый детина в телогрейке и сапогах.

Ничего не ответив, Иван Петрович посмотрел на поплавок – тот больше не двигался.

– Не клюет! – зло ответил Иван Петрович, снова оборачиваясь к мужику.

– Ну, тады давай я попробую! – заржал мужик, доставая из-за пазухи толовую шашку с куском бикфордова шнура. Запалив от окурка шнур, мужик размахнулся и швырнул свое адское устройство прямо к поплавку Ивана Петровича. В одно мгновение Иван Петрович выдернул свою снасть из воды и бухнулся на землю рядом с уже лежащим мужиком. Прогремел глухой взрыв...

Мужик встал и, оглядев результаты проделанной работы, мрачно заметил:

– А рыбы-то и правда нет...

Иван Петрович тоже приподнялся и взглянул на реку. На взбаламученной взрывом воде вместе с кусками водорослей плавали две маленькие рыбешки... Мужик сплюнул и молча пошел прочь. Зарыдав, Иван Петрович снова упал на землю...

Когда Иван Петрович наконец приподнял голову, то над рекой стоял тихий июньский вечер. По глади воды расходились круги – это играла вышедшая на кормежку рыба. На противоположном берегу прямо напротив Ивана Петровича сидел какой-то рыболов и одну за одной таскал увесистых плотиц... Иван Петрович некоторое время тупо наблюдал за ним, потом сбросил с себя одежду и, во все горло горланя песни, полез купаться...

Антон МАКУНИ

Найдите 10 отличий

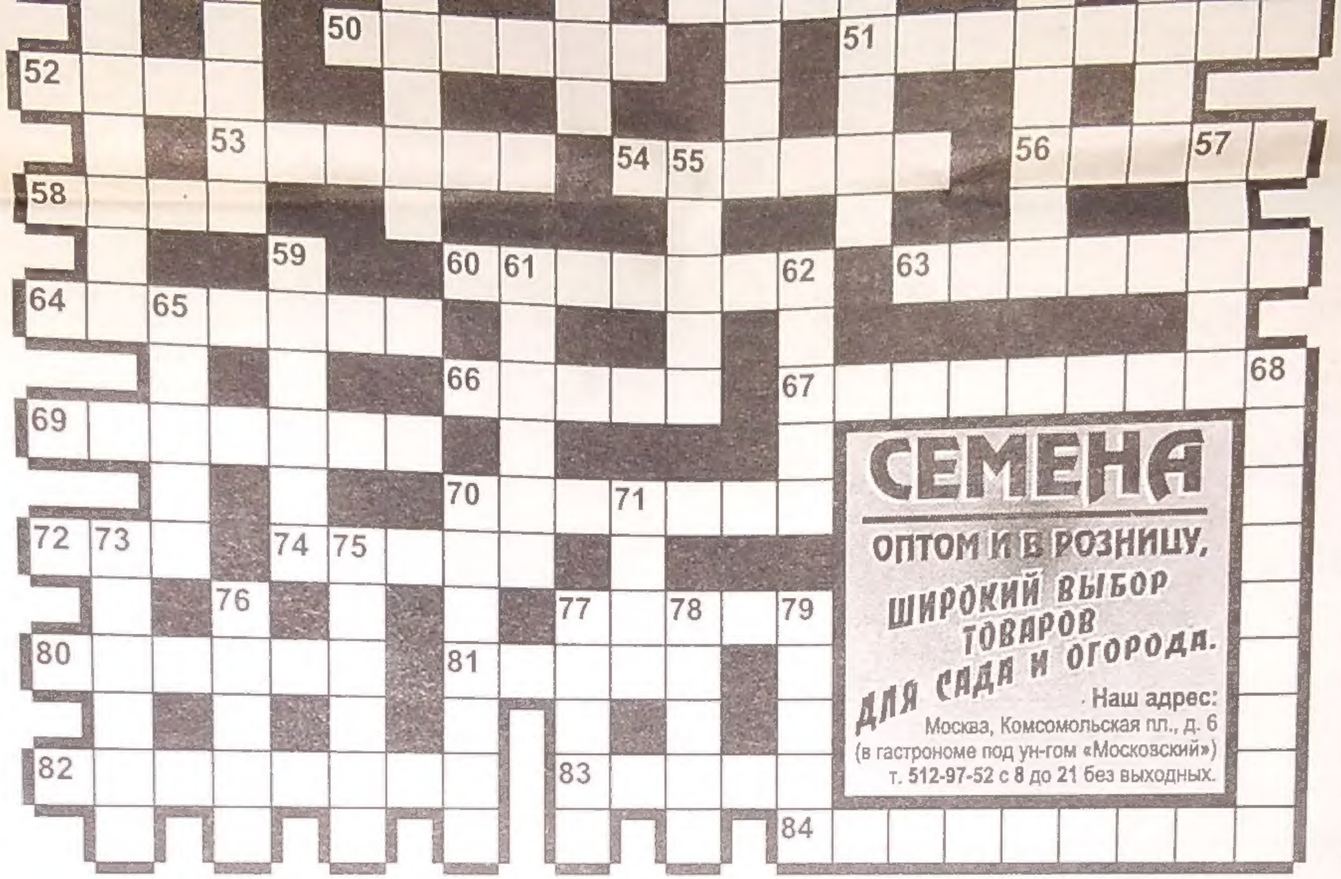
СуперКРОССВОРД

МИР САДОВОДА, №6, июнь 1999 г.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **1.** Телецентр, который по приказу Руцкого пытались взять штурмом. **9.** Форма белого хлеба. **10.** Заменитель мужа. **11.** Часто он сложнее подъема в горы. **13.** Грамотей, пишущий жалобы от имени и по поручению других. **14.** Река для Польши, как Волга для России. **15.** Совершенство. **17.** Начинка пирожка из «наркотика». **18.** Таможне за нее было обидно (кинофильм «Белое солнце пустыни»). **19.** Птичка, для которой гнезда строят люди. **20.** Известный российский хоккеист. **22.** Музыкальный инструмент «в кустах». **23.** Сподвижник В.И.Ленина, убиенный ледорубом. **25.** То, что унижает человека (М.Горький). **27.** Не работающие чиновники на рабочих местах. **30.** Денежная единица, популярная в Южной Америке. **31.** Волчья ухмылка. **33.** Почти то же, что и бык. **35.** Чушь собачья! **37.** То, что, согласно христианской религии, должно воскреснуть. **38.** Артист из самодеятельности. **39.** Звонкая «пощечина» по попе. **40.** Ячейки с медом. **41.** «Дыра», прорубленная в Европу (А.Пушкин «Медный всадник»). **43.** Английская писательница, автор романа «Волны». **47.** Змея, подобная петле на шее. **50.** Французский комедиограф, сделавший из Тартюфа обманщика. **51.** Любой самолет. **52.** Автор детектива «Весь мир в кармане». **53.** Болезнь, входящая в горло, а осложнение дающая на сердце. **54.** От этой «сладкой» болезни человеку кисло. **56.** ГИБДД зачем-то снова их меняет. **58.** Садовый цветок, имеющий очень много лепестков. **60.** «Нельзя объять необъятное». Автор? **63.** Не получив его, не соткешь полотна. **64.** Продукт из соленого окорока. **66.** Создатель «Девушки с персиками». **67.** Цветок, который на-

ПО ВЕРТИКАЛИ: **1.** Парашютно-десантный сорняк. **2.** Роман И.Гончарова. **3.** Степень оценки специалиста. **4.** Королевская династия во Франции, от которой Людовик XI. **5.** Ее пережил Ленинград во время войны. **6.** Матерчатое украшение на платье. **7.** Заменительница электрического освещения. **8.** Под ней скрывается истинное выражение лица. **12.** У нудистов на нем все голенькие. **15.** Плачущая птица (С.Есенин, «Выткался на озере алый свет зари»). **16.** Кинофильм «Верьте мне, люди». Артист в главной роли? **17.** И пират, и матрос. **18.** Зимний курорт в Швейцарии. **21.** Задаток. **22.** «Я тебя слепила из того, что было» по отношению к женщине, сотворенной Господом. **24.** Его недостаток ведет к сахарному диабету. **26.** Кувырок в воздухе. **28.** То, что доктор «слушает» у больного пальцами. **29.** На голове около него «стучит» жилка. **30.** Благодаря телевидению каждый ребенок знает, что, если женщина не использует прокладки, у нее на юбке будет это. **32.** Столица государства в Азии, куда в 1978 году были введены советские войска. **34.** «Мстительная» повесть А.Пушкина. **36.** Архиерей. **42.** Лабораторный сосуд, воду в котором можно подогревать на открытом огне. **44.** Для многих зверей это нора в минуту опасности. **45.** Петух, которого разводят в охотничьих хозяйствах. **46.** Автор трагика. **48.** «Никто не даст нам избавленья: ни туз, ни дама, ни ..., добьемся мы освобожденья: четыре сбоку, ваших нет!» (из народной пародии на «Интернационал» в 20-х годах). **49.** Барон Мюнхгаузен сумел нанизать на него летящих уток. **55.** Близнец, откупивший у брата первородство за чечевичную похлебку. **57.** «Цветастое» украшение головы. **59.** Садовый и луговой цветок. **61.** Оригинал

50. Французский комедиограф, сделавший из Тартюфа обманщика. 51. Любой самолет. 52. Автор детектива «Весь мир в кармане». 53. Болезнь, входящая в горло, а осложнение дающая на сердце. 54. От этой «сладкой» болезни человеку кисло. 56. ГИБДД зачем-то снова их меняет. 58. Садовый цветок, имеющий очень много лепестков. 60. «Нельзя объять необъятное». Автор? 63. Не получив его, не соткешь полотна. 64. Продукт из соленого окорока. 66. Создатель «Девушки с персиками». 67. Цветок, который навсегда остается в памяти. 69. У нас такой ущербный человек никому не нужен. 70. Дом для горошины. 72. Заведение, где выпивают, не засиживаясь. 74. Зернохранилище. 77. Посудина для массовой похлебки. 80. Верующий иудей просто обязан изучить эту книгу. 81. Овчарка в белых «чулках» из Шотландии. 82. «Отрицание», которое проповедывал Базаров в «Отцах и детях» И.Тургенева. 83. Популярная кинопленка. 84. Профессия Г.Каспарова.



на открытом огне. 44. Для многих зверей это нора в минуту опасности. 45. Петух, которого разводят в охотничьих хозяйствах. 46. Антипод трагика. 48. «Никто не даст нам избавленья: ни туз, ни дама, ни ..., добьемся мы освобожденья: четыре сбоку, ваших нет!» (из народной пародии на «Интернационал» в 20-х годах). 49. Барон Мюнхгаузен сумел нанизать на него летящих уток. 55. Близнец, откупивший у брата первородство за чечевичную похлебку. 57. «Цветастое» украшение головы. 59. Садовый и луговой цветок. 61. Опись имущества. 62. Метла без палки. 65. Деньги по своей сути. 68. Его приобретают для постоянного посещения бассейна, театра. 70. Не дай Бог заиметь такую опухоль! 71. Место для икон в избе. 73. Поезд, сошедший с рельсов. 75. Испанский город, в котором музей Прадо. 76. Кем он служил на почте, когда крепко любил девчонку? (песен.) 77. «Хвойная» птичка. 78. Часть Китая, из которой далай-лама в 1959 году сбежал в Индию. 79. Лепешка-хлеб.

Ответы на суперкроссворд см. на стр. 6

Главный редактор – Андрей Авдонин
Зам. главного редактора – Юрий Гуллер
Выпускающий редактор – Нина Сибирева
Дизайн и верстка – Вячеслав Сальников
Науч. консультант – Александр Куленкамп
Учредитель – коллектив редакции

Газета зарегистрирована в Московском региональном управлении ГК РФ по печати. Рег. № А-1518
ГУП «Пресса». Заказ №12879
Тираж 70 тыс. экз.

101000, Москва, Главпочтамт, а/я 2102.
Тел. редакции 974-79-57
Тел. рекламного отдела: 755-91-08, 207-33-26, 207-30-31, 255-95-08, 205-39-47
Отдел распространения: 916-26-31
Отд. общественных связей: 205-24-69

За тексты и телефоны в рекламе редакция ответственности не несет. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. При перепечатке ссылка на «МС» обязательна